

～ミドル世代のストレスマネジメント～

求職活動
支援セミナー

ストレスをコントロールして 再就職を成功させよう

就職活動を続ける上で、様々な場面でストレスを感じるが増えています！
避けられないストレスを、上手にコントロールし再就職を成功させるヒントをお伝えします。



8/24 (火)

参加
無料

13:30～15:30 (受付: 13:00～)

■ 会場：東京しごとセンター
地下2階講堂

■ 講師：滝澤 理砂
(東京しごとセンター ミドルコーナー ファシリテーター)

■ 定員：40名(申込先着順)

■ 電話番号 **03-3265-8904**

登録・申込み
の流れ

1 セミナー予約
(電話またはWeb)

2 しごとセンター(飯田橋)登録
※原則、要カウンセリング

3 当日受付

災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。



託児が必要な方は、**8月17日(火)**までに
03-5211-1571までお問い合わせ下さい。
(満1歳から就学前までのお子様に限ります。)

※雇用保険を受給中の方は
求職活動の実績として
認められる場合があります。

まずは

東京しごとセンター

にお問い合わせください

詳しくは
こちら!

<https://tokyoshigoto-middle.jp/>

東京しごとセンター ミドルコーナー

検索



所在地

受付時間

最寄駅

〒102-0072
東京都千代田区飯田橋
3-10-3

平日 … 9:00～20:00
土曜 … 9:00～17:00
休業 … 日・祝・年末年始
(12/29～1/3)

「飯田橋駅」東口徒歩7分
「水道橋駅」西口徒歩5分
「九段下駅」徒歩10分



東京都が
設置した
施設です





30歳から54歳の 就職・転職活動をサポート

ご利用
無料

都内で就職したい方

納得いく就職・
転職活動をしたい方



東京しごとセンターは、あなたの就職・転職活動を全力でサポートします！

キャリアカウンセリング



専任アドバイザーの
丁寧な個別支援

求人情報をパソコン・スマホから



求人情報を独自で開拓
面談会も多数開催

各種セミナー・プログラム



就職・転職活動を強化
スキルアップも

毎月
50本
以上
開催中

来所またはオンラインによる
登録、面談も可能です

来所の場合は閉館の2時間前までにお越し下さい



説明&見学会を
随時開催中

お申し込み手続きは、お電話またはWEBで可能



東京しごとセンターで提供するサービスは雇用保険の活動の実績として認められる場合があります。

東京しごとセンター ミドルコーナ

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3丁目10番3号

03-3234-1433

【お問い合わせ時間】月～金曜日 9:00～20:00 / 土曜日 9:00～17:00
※日曜・祝日及び年末年始はお休みです。

詳しくはこちら

<https://tokyoshigoto-middle.jp/>

東京しごとセンター ミドルコーナ

検索

