

～不安を減らし行動力を上げるには!?～

参加費 無料 定員 20名  
先着 20名

## 就活を楽しむための心理学



不安感を持ちながら行動する人は、前向きに行動する人に比べ、探し物が見つかる可能性が50%も減ってしまいます。つまり自分に合った就職先を見つけるチャンスも50%減ってしまうという事です。不安感が減れば行動力も上がり就活だけでなく、就活後の人人生も明るいものとなっていきます。

講師

有限会社ワイノット  
代表取締役まつだ としだ  
松田 寿一 氏

活動

個人カウンセリング、セミナー講師 他

資格

公認心理師、産業カウンセラー

加盟

公認心理師協会、日本産業カウンセラー協会、日本産業精神保健学会 他

## 講演内容

- なぜ不安感が強くなるのか?
- 行動力を上げるための思考法
- 他人に左右されない心の鍛え方
- 不安感を減らす習慣や食べ物
- 不安感の処理方法
- 人間関係の不安を消す方法

※お話だけでなくワークなどを行い、気づきを深めるセミナーです。

日時

令和7年

10月11日 土

14:00~15:45 (開場 13:30)

申込み切：令和7年10月8日(水)

会場

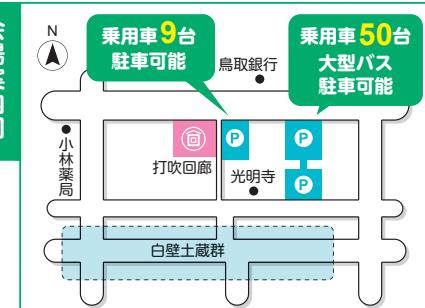
打吹回廊コミュニティホール

(倉吉市明治町1032番地19)

対象者

鳥取県内での就職を目指される方  
(学生、生徒を除く)

会場案内図



当セミナーは雇用保険  
失業給付の求職活動に該  
当します。

## 申込方法

とっとり電子申請サービスより申込

※とっとり電子申請サービスをご利用できない場合は、  
お電話・メールにてお問い合わせください。

参加申込用

主催  
問い合わせ

鳥取県立倉吉ハローワーク

倉吉市山根557-1 パープルタウン1階  
開所時間 10:00~18:15(日・祝日除く)

TEL 0858-24-6112

E-Mail hellowork-kurayoshi@pref.tottori.lg.jp

Webサイト <https://www.tori-hello-w.jp/>

●本事業は厚生労働省の「地域活性化雇用創造プロジェクト」の採択を受け、地域に良質な雇用を生み出すため鳥取県が実施する事業(通称:地プロ)です。

