

キャリア × メンタルヘルス

～ 自分らしく働くために ～

職場における
メンタルヘルス対策!

心と体のバランスを整えるヒントをお伝えします！
不安や緊張などのストレスを和らげ、自分らしく働ける
ためのきっかけづくりに参加してみませんか。
心理学の知見をもとにアイデアなどをお伝えします。

日程 2024年1月27日(土)
14:00～15:30 (開場 13:30)

会場 とりぎん文化会館 第4会議室
(鳥取市尚徳町101-5)

参加 先着 50名 (要事前申込)

申込期限 1月24日(水) 手話通訳を
ご希望の方は 1月19日(金)

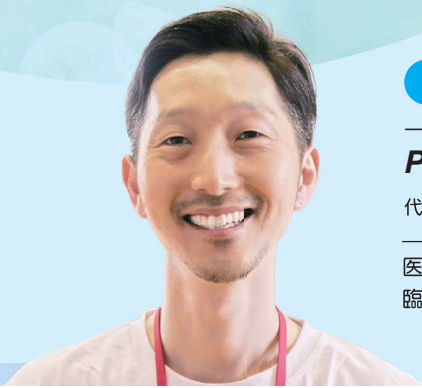
セミナーカリキュラム

参加
無料

これだけは
知っておきたい!

1部 知識編 (講師：堀内先生)

2部 実践編 (講師：谷口先生)



講師

一般社団法人 / 株式会社
Psychoro (サイコロ)
代表 谷口 敏淳 氏

医学博士、公認心理師、
臨床心理士



講師

株式会社
Psychoro (サイコロ)
堀内 佑樹 氏

公認心理師、
キャリアコンサルタント

お申込み方法

- 左のQRコード「とっとり電子申請サービス」のWebサイトからお申込み。
- チラシ裏面「申込書」を記入して県立ハローワークへ提出。
- 電話にてお申込み

*お申込みの際に記載いただいた情報は、本セミナーに係る事務以外の用途には使用いたしません。



お申込み
お問合せ

鳥取県立鳥取ハローワーク

鳥取市東品治町 111-1 (JR 鳥取駅構内)

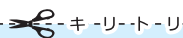
開所 平日・土曜 / 10:00～18:15

TEL 0857-51-0501

FAX 0857-51-0502

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





申込書 キャリア×メンタルヘルス ～自分らしく働くために～

申込期限

2024年

1/24

水

お名前	フリガナ
電話	() -

手話通訳を希望される場合は○を記入し、**1月19日(金)まで**にお申込みください。

手話通訳	<input type="checkbox"/>
------	--------------------------