ウィルながおか学習・研修委員会企画講座

職場のストレスから自分を守る
レジリエンスの高め方

困難に直面したとき

なかなか乗り越えられない人と
すぐに乗り越えられる人の
違いは何でしょう

「折れない心」を育てる働き方が学べます

9/20（土）14:00-16:00

まちなかキャンパス長岡
3階301会議室

参加費　無料　※駐車場は有料となります
定　員　20名　※先着順、要申込
お申込　TEL　39-2746　またはこちら→
講　師　白井　一美さん

ウィルながおか学習・研修委員
キャリアコンサルタント
産業カウンセラー
（公財）日本女性学習財団キャリア支援デザイナー

お申込みQRコード

お気軽にお越しください

お飲み物持ち込みOK

主催　ウィルながおか学習・研修委員会/長岡市
お問合せ　長岡市男女平等推進センターウィルながおか
TEL（0258）39-2746/E-mail:will@city.nagaoka.lg.jp