

市精連研修案内

新人研修

グループディスカッション

「ストレスを解消しよう」

今の職場に勤め始めて3年未満のスタッフ対象の研修です。

今回のテーマは「ストレスを解消しよう」をテーマにディスカッションを行います。普段、仕事をしていてストレスを感じることはありませんか。仕事以外にも私生活でストレスを感じることもあるかと思います。自分がどういうことにストレスを感じるのか知っておくことはとても大切なことだと思います。ストレスだけでなく、仕事での悩みや不安、葛藤など参加者同士で共有できたらと思います。また、同じ新人という立場で、交流を深めるためにも、たくさんの人たちの参加をお待ちしております。

3月1・2日に行われる宿泊研修に参加をご希望の方、興味があるという方は是非参加していただくと幸いです。

日時:平成31年2月8日(金)
18時30分～20時30分

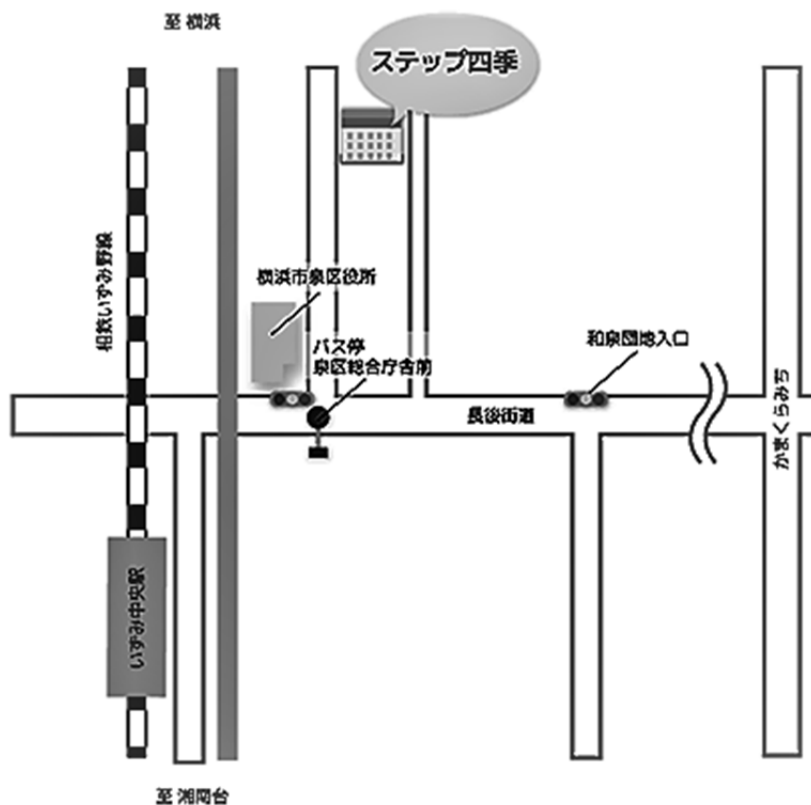
場所:就労継続支援 B 型ステップ四季

横浜市泉区和泉町4604-4
相鉄いずみ野線 いずみ中央駅下車 徒歩 5分

持ち物(推奨):自分の勤めている法人や事業所のパンフレット
(自己紹介のため)

※終了後、懇親会を予定しています。

交通アクセス



申込書

お申し込みは、市精連 FAX 045-263-8101 でお願います。

| 事業所名 | 氏名 |
|------|----|
| | |

懇談会について

参加する ・ 参加しない ・ 当日決定する