

# 若手社員 ステップアップ セミナー

【全2回】

参加費  
無料!!



## 第1回

令和6年 **6月26日(水)** 14:00～16:00

### 働きがい高める ストレスマネジメント講座

ストレスマネジメントを学ぶことで仕事のパフォーマンスが安定し生産性向上につながります

#### 内容

- ・自分で取り組める仕事の工夫や周囲の人との関係、捉え方を広げ、自分の仕事に働きがいを感じられるようになるアクションプランを考える

申込締切：6月25日（火）午後4時まで

## 第2回

令和6年 **11月12日(火)** 14:00～16:00

### 対人関係調整の コミュニケーション力向上講座

職場内外で発生する人間関係のコンフリクトを建設的に解消していけるコミュニケーションスキルを習得します。

#### 内容

- ・コンフリクトが起こる原因とは
- ・ペアワークやグループワークを通じてコミュニケーションスキルを習得

申込締切：11月11日（月）午後4時まで

### 講師

1級キャリアコンサルティング技能士 公認心理師  
キャリアサポートオフィス process 代表 星野 宏 氏

〈プロフィール〉 メーカーで生産・物流管理を経験後、人事職に転職。2012年にキャリアコンサルタントとして独立後は若年層就労支援や、企業・官公庁でメンタルヘルスやコミュニケーションなど人間関係形成をテーマとした実践・体験型の研修を実施している。個別の対応では学生や求職者、企業内での相談に対応。その方が求めるより良いライフスタイルを達成するためにキャリアコンサルティングを行っている。



☑ 対象

入社2年～5年の若手社員等（資格経験は問いません）

☑ 定員

各50名（先着順）1回目・2回目それぞれお申込みが必要です。

☑ 会場

ウインクあいち（愛知県産業労働センター）12階 1202会議室

☑ お申込み

右記2次元コードからアクセス <https://jakunen-aichi.mhlw.go.jp/stepup/>

こちらからアクセス



共催

愛知労働局  
愛知県

お問い合わせ先

愛知若年者地域連携事業（愛知労働局委託）  
運営事務局 株式会社東京リーガルマインド（受託企業）  
〒460-0003 名古屋市中区錦二丁目14番25号ヤマイチビル9階  
（あいち若者職業支援センター内）  
TEL：052-231-6350 FAX：052-231-6351  
Mail：aichi-jakunen@lec.co.jp