

参加無料 / 定員20名



兵庫労働局委託
川西市一体的実施事業

就職準備セミナー ～就活の不安を解消～ ストレス対策

ストレスって何？
ストレスがかかると、どうなる？

2026年

9月25日(金)

時間 14:00～16:00

会場 アステ市民プラザ
「ルーム1」

(アステ6階)

阪急宝塚線 川西能勢口駅 徒歩1分
JR福知山線 川西池田駅 徒歩3分

このセミナーで学べること

ストレスとは？

日々の生活の中で起こるストレス！
自分自身のストレスを知り、自分なりの
リフレッシュ方法を見つけていきましょう！

講師紹介



田中いづみ 氏

公認心理師
産業カウンセラー
1級キャリアコンサルタント技能士
国家資格キャリアコンサルタント

10年以上に渡り、大学や専門学校で就労支援に従事。
大学の就労支援と並行し、2025年度より「不妊症・不育
症に寄り添う ところとキャリアの相談場所「hanaso」
を設立し代表に就任。

事前
予約制

＜対象＞
概ね
40歳
くらい迄

お申込み・お問い合わせ

☎ 070-5652-7299 ✉ zukanpo3@gmail.com

主催 / 若者キャリアサポート川西
(運営事務局：認定NPO法人宝塚NPOセンター)

WEBお申込み

はこちらから →

