

わークラブ特別セミナー

生活習慣の改善

～自律した生活を送るには～

お金の管理から体調管理まで
毎日の生活に役立つ知識を学び、生活を整えよう



日程

11/1（金）, 12/6（金）, 2025年1/10（金）

時間

14：00～15：00 ※ジョブトレ参加者は13:30～15:00

場所

とやまサポステ

11/1の内容

衝動買いへの対応

12/6の内容

季節の体調管理

1/10の内容

上手に感情表現

お申し込み方法：お電話かホームページからの申し込みをお願いします。

富山県人材活躍推進センター

富山地域若者サポートステーション

076-445-1998

