

働くための準備運動②

～生活習慣の改善～

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

時間：13:30～14:30

場所：とやまサポステ

7/17

木

ストレス対策

ストレス場面にどう対応したらいいか考える。

8/21

木

見えないお金

一人暮らしのお金、税金、年金を学ぼう。

サポステ
体験会と
同時開催

9/18

木

ネガティブな報連相

言いにくいことを言い出す方法を考えよう。

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

