



外部講座のご案内

障がい者の就労を支援するさいたまキャリアセンターでは、経験豊かな講師の方をお招きし、定期的に特別講座を行っております。皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。事業所内の見学・就労に関するご相談も承ります。

開催時間(全共通) 13:00-14:30

2017年 **11月16日(木)** 自尊感情とは
12月21日(木) 認知行動療法

自己肯定感を高める

考え方を変わると心が楽になる方法

2018年 **1月19日(金)** アンガーコントロール 実践編1
2月15日(木) アンガーコントロール 実践編2
3月15日(木) アンガーコントロール 実践編3

イライラを出してしまう! 怒りを飲み込んでしまう! 自分の怒りのクセを知りコントロールできたら…。実践を踏まえて、アンガー(怒り)のコントロールを身につけましょう。

2018年 **4月19日(木)** ナビゲーションブック作成
自分のことを知り、相手に自分を知ってもらうツールを作ってみませんか? ご自身の特性や課題について、スタッフと一緒に考えていきましょう。

※お申し込み状況など諸事情により、上記日程はやむを得ず変更となる場合があります。予めご了承ください。

お問い合わせ・お申し込み

障害者就労移行支援事業所

さいたまキャリアセンター

☎048-662-3471

※電話受付：平日10:00-17:00、土日祝休。
※先着順にご予約を承ります。定員に達し次第、受付を終了します。ご了承ください。

埼玉県さいたま市北区日進町
3-426-1 〒331-0823

無料駐車場
完備



運営：パーソルチャレンジ株式会社 東京都港区芝 5-33-1 森永プラザビル本館 18F・19F 〒108-0014

パーソルチャレンジ <https://challenge.persol-group.co.jp>

※パーソルチャレンジはパーソルチャレンジ株式会社の登録商標です。本チラシの内容は2017年11月現在のものであり、予告なく変更される場合があります。画像はイメージです。パーソルチャレンジ株式会社は、株式会社フロンティアチャレンジより2017年6月に社名変更しました。