



気持ちがラクに  
楽しくなる

Reframing

# コミュニケーション

- ◆就職活動での自分の強みを増やすために◆
- ◆会社での人間関係をより良くするために◆
- ◆家庭などでも想いをうまく伝えるために◆

■役立つヒントをお伝えします■

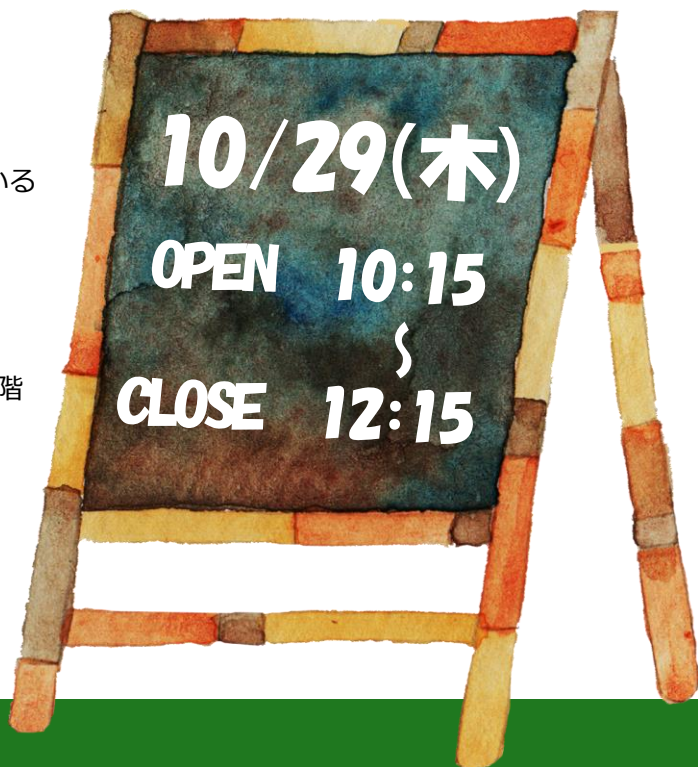


【対象】再就職を目指している子育て中のママ  
※就職活動前でも何かを始めようと思っている方の参加もお待ちしております。

【会場】マザーズジョブサポート庄内  
セミナールーム  
酒田市中町 1-4-10 酒田市役所中町庁舎 2階  
ジョブプラザさかた内

【定員】4名

【託児定員】4名 \*事前に託児登録が必要です



お申込み・お問い合わせは・・・

**マザーズジョブサポート庄内**

月曜日～金曜日（年末年始、祝日を除く）10:00～18:00

**TEL:0234-28-8061** FAX:0234-28-8071

〒998-0044 酒田市中町 1-4-10 酒田市役所中町庁舎 2階（ジョブプラザさかた内）

ホームページ <http://m-job.shonai.jp/>

マザーズジョブサポート庄内 検索

※いただいた個人情報は、当事業運営にのみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。



# ラク楽！(気持ちがラクに楽しくなる) コミュニケーション

【日程】 10月29日(木) 10:15~12:15

【内容】 自分の気持ちがラクになる『とらえ方』と、相手の考えや気持ちを大切にしながら、自分の気持ちを『伝えるコツ』を楽しく学び、就活にも役立てていきます。

<とらえ方を学ぼう>

- \*かるた形式でリフレーミング体験してみよう
- \*みんなで短所を長所に変えて表現してみよう

<伝えるコツを学ぼう>

- \*自分も相手も WIN-WIN になる伝え方って？
- \*就活や就職してからの円滑なコミュニケーションのために

●ご利用の方へお願い●  
新型コロナウイルス感染予防のため

- ・入室時の検温
- ・手指の消毒
- ・会場でのマスク着用
- ・距離をとっての対応
- ・定期的な換気

にご協力お願いいたします。

Reframing



## ◇託児ご利用の方へ◇

別室での託児となります。  
講座が終了するまで、保育スタッフが  
お子さんをお預かりいたします。  
お母さんは、安心して講座に集中  
できます。

## ◇駐車場について◇

お車でお越しの方は、中町庁舎脇にある<セントラルホテル契約駐車場>をご利用ください。(ジョブプラザさかたと表示しております)  
※契約駐車場が満車の場合は、酒田市中央地下駐車場をご利用ください。  
無料駐車券(最大2時間)を発行いたします。  
お帰りの際、コンシェルジュ窓口へお声がけください。

この講座は、山形県の委託事業です。

令和2年度マザーズジョブサポート庄内就労支援及び託児業務

氏名	ふりがな	TEL	
	(年齢 歳)		
住所	〒		
受講動機			
託児希望	有 ・ 無	アレルギー	有 ・ 無
託児登録	済 ・ 未 (登録予定日 年 月 日)		
お子さん	ふりがな	性別	生 年 月 日
	氏 名	男 ・ 女	( 年 月 日生 歳 か月)