

参加無料！

仕事と暮らしを整えて人生を楽しみたい方へ！
人生を好転させる時間管理のテクニック



タイムマネジメント

ライフ・ワーク・バランスセミナー

日時

5月28日(水) 10:00～10:50

会場

弘前ヒロロ 3F 多世代交流室2
(弘前市駅前町9-20)

対象

一般求職者(年齢制限はありません)

定員

10名

※雇用保険受給中の方は
求職活動の実績になります。

セミナー内容

- ✓ 神！時間術！3つの法則を伝授
- ✓ 時間術！30・45・90の法則って？
- ✓ 雑念を払って集中力を高める方法



ジョブカフェあおもり
@jobcafe_aomori



ジョブカフェあおもり
@jobcafe_aomori



ジョブカフェあおもり【公式】
@jobcafe_aomori



ジョブカフェあおもり
@504caokx



JOBCAFE AOMORI

青森県若年者就職支援センター

ジョブカフェあおもり

〒030-0803 青森市安方一丁目1番40号

青森県観光物産館アスパム 3階

TEL 017-731-1311 FAX 017-731-1312



ファックス番号

017-731-1312

「タイムマネジメント講座」
受講申込書

WEBで申し込む

ホームページの「お申し込みフォーム」より
必要事項をご記入の上、お申し込みください



【ホームページアドレス】
<https://www.jobcafe-aomori.jp/>

FAXで申し込む



ジョブカフェあおもり

FAX:017-731-1312

お電話で申し込む



ジョブカフェあおもり

TEL:017-731-1311

●必要事項をご記入ください

受講講座	・ 5/28 タイムマネジメント講座		
フリガナ			
参加者氏名			
性別	男 ・ 女	年齢	歳
住所	〒 —		
電話番号	() —		
現在の状況	・ 一般求職者 ・ 雇用保険受給中 ・ その他 ()		
メールアドレス			

※ジョブカフェあおもりでは、下記の目的の範囲内において利用させていただきます。

- (1)当センターでのサービス向上のための取組み
- (2)ご本人様確認
- (3)サービス利用後の就職状況の確認

個人情報の取扱いについてはジョブカフェあおもり「個人情報の取扱いについて」をご覧ください。



ジョブカフェ
あおもり内の
女性専用ブースを
ぜひご利用ください