

# 若者のレジリエンスの育て方

2025年11月13日(木)

9:30~12:00(受付9:15)

参加  
無料

※レジリエンスとは…「自分にとっての逆境や試練から立ち直り、自ら成長していく力」

## ●主な内容

- ✓ レジリエンスとは（概要を理解する）
- ✓ 現在の若者の特徴とレジリエンスが成長を支える理由
- ✓ レジリエンスを高めるポイントと具体的な方法
- ✓ レジリエンス育成に有効な関わり方

## 対象

人事・採用担当者

## 定員

30社（事前申込制、1社1名）

## 会場

東京しごとセンター5階セミナー室  
(東京都千代田区飯田橋3-10-3)



## 講師：山塚 美和氏

キャリアコンサルタントのほか、メンタルヘルスやコーチング、レジリエンスについての資格を持つ。今回のセミナーでは、若者のレジリエンスを育てるだけではなく、レジリエンスを高めるための、人事を含めた周囲の関わり方までをお伝えする。

### 【資格】

- \*国家資格キャリアコンサルタント
- \*一般社団法人日本レジリエンスエデュケーション協会認定 レジリエンストレーナー 他

## お申込み

下記サイトよりお申し込みください



<https://tokyoshigoto-young.jp/company>

募集開始日時：10月14日（火）9:00～

## お問合せ

東京しごとセンター ヤングコーナー

TEL:03-5211-6981

受付時間：平日 9:00～18:00 土曜・日曜・祝日及び年末年始（12/29～1/3）休業

## 飯田橋駅から

JR中央・総武線「東口」より徒歩7分  
都営地下鉄大江戸線・東京メトロ有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分  
東京メトロ東西線「A5出口」より徒歩3分  
水道橋駅から

JR中央・総武線「西口」より徒歩5分

## 九段下駅から

東京メトロ東西線「7番出口」より徒歩8分  
東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」より徒歩10分