

就活・仕事がうまくいく!

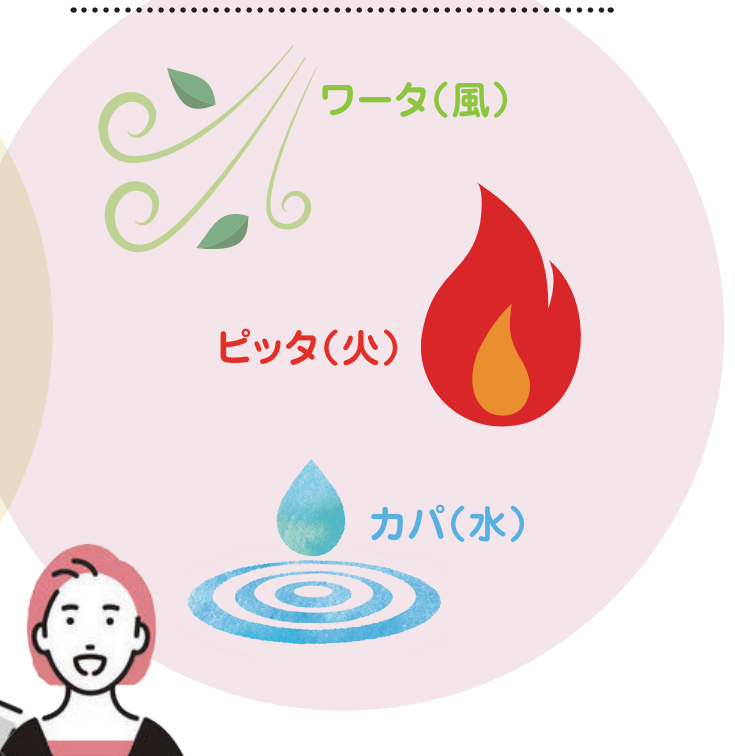
ココロとカラダの 整え方

February 2023
2/8 水
13:00~15:00
受付 12:30~13:00

ストレスマネジメント



アーユルヴェーダ 体質診断(3タイプ)



- 🕒 なぜココロとカラダの変調が、就活・仕事へ影響するのか?
- 🕒 就活・仕事で体調を崩す理由と回復のプロセス
- 🕒 インド伝統医学アーユルヴェーダに基づく3つの体質
- 🕒 【体質診断】あなたの体質タイプは?
- 🕒 体質タイプ別生活実践法…
就寝と起床のリズム、睡眠、入浴、食事、など
- 🕒 面接は自分をPRするチャンスの場合と考える

講師



英国アーユルヴェーダカレッジ校長
全米NLP協会認定トレーナー
山田 泉氏

受付開始: 1月18日(水) ~

会場: すみだ産業会館 丸井錦糸町店9F

東京都墨田区江東橋3丁目9番10号

定員 **30名** 服装自由 参加無料

対象 34歳以下の方(学生可)

持ち物 筆記用具、しごとセンターカード ★初めての方は、当日会場にてご登録を受け付けます。

■お申込み・お問合せ

東京しごとセンター 12階ヤングコーナー

☎ **03-5211-6351**

[受付時間] 月~金曜日 9:00~20:00 / 土曜日 9:00~17:00

【新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止措置について】 ①参加にあたってはマスクの着用や、アルコール消毒液の活用、手洗い等の予防対策をお願いいたします。②ドアの開放や、参加者同士の間隔を空けるなどの予防対策を実施いたします。③37.5度以上の発熱、倦怠感(強いだるさ)、息苦しさ等の症状がある場合は参加をお控えください。④会場では検温を実施しておりますので、ご協力をお願いいたします。なお、37.5度以上と測定された場合は、参加をお控えさせていただいておりますので、ご了承ください。

●アクセス

JR錦糸町駅南口より徒歩1分



Web申込みは
**24時間
受付**

