

就活・就職後に役立つ適切なストレス対処を知ろう
～イライラと落ち込みのコントロール～

若者においては、将来の進路や就職を原因とする悩みによりこころの調子を崩す方も多いことから、つらいときの現実の受け取り方やものの見方を、柔軟でバランスのよいものにする^{こと}を学ぶことが重要とされています。

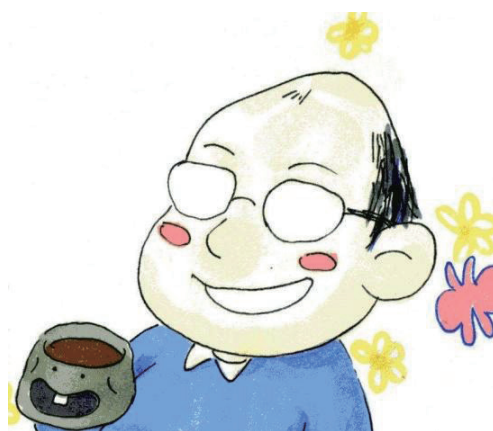
そのため、大学生、短大生等を対象に、就職活動中や就職先において困難に直面した際に、自分で心のバランスを保つための考え方や方法を身につけるための講演会を開催します！

講師 福岡県立大学人間社会学部教授 上野 行良 氏

著書「ユーモアの心理学～人間関係とパーソナリティ」
上野先生は、大学で人間関係の心理に関する研究をされています。

ストレスのコントロールについて数多く講演されており、講演を聞かれた方からは「自分のストレスに気づかされた」「大爆笑できていつのまにか心が軽くなった」「笑いの中に深い言葉があった」「または是非講演を聴きたい」といった感想が多く寄せられています。

皆さんも、「楽しくてためになる！」上野先生の講演を、聴きに来てください！



日 時 : 平成28年9月13日(火)14:00～16:00(開場 13:00～)

場 所 : 福岡国際会議場 4階小会議室404(福岡市博多区石城町2-1)

当日、福岡県若者しごとサポートセンター主催の「就職応援フェア(合同会社説明会)」が、同じ福岡国際会議場の別フロアで開催されます(13:00～17:00)。

対 象 : 福岡県内の大学等の学生及びお仕事を探されている40歳未満の方

定 員 : 200名

参加費 : 無料

申込方法 : 裏面の参加申込書に氏名、電話番号、学校名等を記入のうえ、
092-643-3271にFAX送付してください。

申込締切 : 平成28年9月5日(月)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

※準備の関係から、手話通訳が必要な場合は、8月23日(火)までにお申し込みください。

問い合わせ先 福岡県保健医療介護部健康増進課こころの健康づくり推進室
〒812-8577 福岡市博多区東公園7-7
TEL 092-643-3265 FAX 092-643-3271
Email kenko@pref.fukuoka.lg.jp

参加申込書

～～平成28年度福岡県若者のストレスコントロール講演会～～

「就活・就職後に役立つ適切なストレス対処を知ろう
～イライラと落ち込みのコントロール～」

日時：平成28年9月13日（火）14:00～16:00（開場 13:00～）

場所：福岡国際会議場 4階 小会議室404（福岡市博多区石城町2-1）

F A X 送信先	福岡県保健医療介護部健康増進課こころの健康づくり推進室 あて			
	092-643-3271			
氏名	電話番号 (締切の場合御連絡いたしません。)	学校名等	手話通訳等の必要性 (有の場合○を御記入ください)	
			車いすでの参加 (有の場合○を御記入ください)	

※いただいた個人情報は、本講演会のためにのみ使用し、他に利用することはありません。

※当日はこの申込書を持参し、受付に提出してください。

＜会場へのアクセス＞

