

【メンタル講座】
考え方のクセに気付こう
2025年8月25日(月)

失敗を引きずってしまったり、周囲の言動にイライラしてしまうことはありませんか？

今回は、自身の考え方を振り返った上で、バランスのとれた考え方をするための方法をお伝えしていきます。

気分の落ち込みへの対処や周囲とうまく付き合っていくヒントにもなるかと思いますので、ぜひご参加ください!

●ご予約・お問い合わせ

就労移行支援事業所

ミラトレ尼崎

☎06-6423-9417

※9~17時(平日のみ/土日祝日休)

ミラトレとは

障害者総合支援法に基づく、就労移行支援事業所です。一般就労を目指す障害・難病のある方の就職までをサポートします。臨床心理士やジョブコーチの資格を持つスタッフが、コミュニケーション・ビジネススキル訓練・就職活動支援などを行う場所です。一人ひとりの課題や能力に配慮した個別支援計画で、長くはたらし続けられるスキルを身につけられます。



WEBからの申込みはこちら



事業所情報



阪神本線「尼崎」駅より 徒歩6分
兵庫県尼崎市昭和通2-7-1 ニューアルカイクビル 7F
(都ホテルニューアルカイクビル内)