

【メンタル講座】



ミラトレ川崎
ブログ更新中

緊張との付き合い方

日時

2026年7月13日（月）10時～12時

皆さんは、初めての環境や
かしこまった場で緊張しますか？
大人数の前でスピーチするときや
面接中、緊張してうまく話せない。
そんな方におすすめの講座です。
緊張＝悪いものではありません。
適度な緊張はむしろパフォーマンスを
向上させます。
緊張のほぐし方もご説明しますので、
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

ミラトレ川崎

044-280-8907

※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、長くはたらく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



JR「川崎」駅より徒歩8分 / 京急「京急川崎」駅より徒歩6分
神奈川県川崎市幸区堀川町66-2 興和川崎西口ビル2F