

『背筋ピン！』でチャンスをつかむ

無料

就活応援セミナー

※求職活動実績になります



日時

令和8年2月12日(木)

13:00~15:15 (12:30~受付)

第1部

13:00~14:00
就職対策セミナー

講師
株式会社キャリアサポート
代表取締役 富田朋子
国家資格キャリアコンサルタント
産業カウンセラー



第2部

14:15~15:15
第一印象は姿勢から！
～面接映えする姿勢づくり～

※タオル、飲み物をお持ちください。
※動きやすい服、靴でお越しください。
※第1部のみの参加も可能です。

講師
株式会社いずみ
代表取締役 金谷武
国家資格理学療法士



場所

尾道市役所2階
多目的スペース1・2

定員

20名

※くわしい内容は
裏面をご覧ください。

要予約

※締切：2/5(木)

二次元バーコードから
お申込みください



お問合せ

株式会社キャリアサポート

Mail: info@career-spt.com

※本セミナーは株式会社キャリアサポートに
委託しています。

尾道しごと館

尾道会場：毎月第1・第3木曜日 因島会場：毎月第3水曜日

主催：尾道市商工課

☎0848-38-9183

第1部 就職対策セミナー

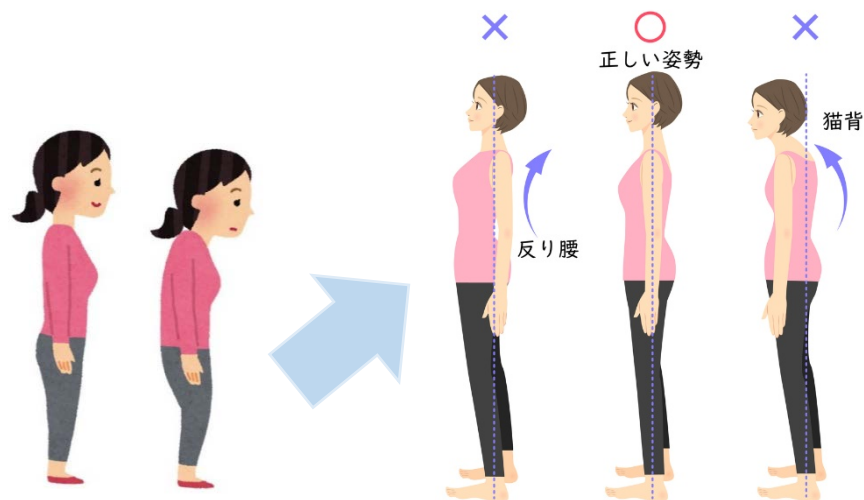
すぐに実践できるノウハウや対策をお伝えします。

- ・実りのあるハローワーク窓口の利用方法
- ・自己PRの書き方
- ・求人票の見方や面接対策 など



第2部 姿勢づくりのためのストレッチ

- ・正しい姿勢のコツ（骨）を理学療法士の視点からお伝えします。
- ・姿勢・筋力・柔軟性をチェックし、無理のない運動を指導します。
- ・看護師も体調や血圧を確認しながらサポートします。
- ・姿勢で印象を変えましょう！



姿勢で受ける
印象の違いは？



インストラクター
いずみ訪問看護ステーション 友田 有美
国家資格理学療法士

～実践～
簡単姿勢チェック&改善ストレッチ



申込時の注意事項

健康体操に参加するためには、特別な健康制限がないことを前提としています。

体調に不安がある方は、事前に担当医とご相談の上ご参加いただくようお願いします。