

# 福岡若者サポートステーション

## オンライン ステップアップセミナー

### 【昼休みの過ごし方】どのように過ごしていますか？



自分のデスクで昼食をとる人、ランチに行く人、好きな本を読んだり、散歩したり、などなど短い休憩時間でも有意義に過ごしたいですね。休憩時間で上手にリフレッシュできれば、午後の仕事もはかどるというものです。昼休みの過ごし方を皆さんで話してみませんか？



日時：2022年2月5日（土）  
13:30-15:00

対象：サポステ登録者でお仕事が決まった方  
事前申し込み：092-739-3405（月～金）



・参加にはお申し込みが必要です。

参加希望の方は、[hirano@saposute.com](mailto:hirano@saposute.com)

こちらのアドレスに事前予約をお願いします。

・オンライン交流会は、GoogleMeet（グーグルミート）を使用して行います。

## 福岡若者サポートステーション

福岡市中央区天神 1-4-2 エルガーラオフィスビル 11 階

担当：ひらの（080-4287-5682）、すぎぞの（090-1082-3031）

福岡若者サポートステーションは厚生労働省と福岡県の委託事業です。



運営：特定非営利活動法人 JACFA

