

無料講座

たちかわ若者サポートステーション

登録  
不要

# 時間管理のコツ



日常生活も充実する  
時間を上手に使う方法

9月14日(木)

13:30 ~ 15:30

日常生活や仕事で使える時間管理（タイムマネジメント）のコツを伝授します！ 対象 ● 15 ~ 49歳の方（就労・就学中の方を除く）

時間を上手に使えるようになると、心に余裕を持って物事に取り組むことができます。 申込み ● スマートフォン等で右のQRコードを読み取り、必要事項を入力の上、お申込みをお願いします！



たちかわ若者サポートステーション  
TEL: 042-529-3378

〒190-0011 東京都立川市高松町2-9-22 生活館ビル3階  
オープン ● 10:00 ~ 18:00（受付は17:00まで）  
休館日 ● 水・日・祝日（年末年始）

ホームページ



公式 LINE  
@306iskhh

