

アサーティブ・コミュニケーション 公開講座

あなたの気持ちを率直に伝えてみましょう!

「また言い過ぎてしまった」「もっとはっきりものが言えたらいいのに」「上手に断れるようになりたい」など、自分の気持ちを素直に伝えたり、考えをきちんと伝えることの難しさを感じたことはありませんか?

アサーティブコミュニケーションは、自分の意見を無理やり押し通したり、遠慮してしまうのではなく、互いに尊重しながら意見を交わすコミュニケーションのことです。どうしたら自信を持って人と接することが出来るか、一緒に考えましょう。



- 日時：1月17日(水) 午後1時30分～3時30分
- 会場：港区立男女平等参画センター・リーブラ 学習室C
(港区芝浦 1-16-1 みなとパーク芝浦 2階)
- 講師：牛島のり子 (うしじまのりこ) さん

<講師プロフィール>

特定非営利活動法人アサーティブジャパン事務局長・アサーティブジャパン専属講師。福岡県生まれ。IT企業に勤務後、薬物依存症者の社会復帰施設に勤務。2001年よりアサーティブジャパンの専属講師として全国の企業、自治体、病院、大学等で研修を担当。

- 参加費：無料 / 定員：20名(申込順)
- 対象：テーマに関心のあるすべての方
- 保育：4ヶ月以上～未就学児対象。要予約(無料・先着順)
- 申込方法：メール・QRコード・FAXでお申込み下さい(裏面)
12/14(木)より受付ます。
- 問合せ先：NPO法人男女平等参画推進みなと(GEM)



主催：男女平等参画推進みなと（GEM）

e-mail：gem-minato@kif.biglobe.ne.jp

FAX：03-3449-5856



・FAXでお申し込みの場合はこちらの用紙にご記入ください。

アサーティブ・コミュニケーション 公開講座
あなたの気持ちを率直に伝えてみましょう！
2024年1月17日(土) 午後1時30分～3時30分

| | | |
|--------------------|------------------------------|----------|
| お名前 | ふりがな | 年代 歳代 |
| | | |
| 昼間の連絡先 | 電話 | |
| | メールアドレス または FAX | |
| 港区との関係 (いずれかに○) | 在住・在勤・在学・その他(お住まいの市区町村) | |
| この講座を知った方法 | GEMのチラシ・GEMのHP・リーブラHP・その他() | |

保育申込(申込期限:1月12日)

保育を希望する場合、ご記入ください(後日、保育利用票を郵送しますので、必ず記入をお願いします)

| | |
|-------------------|--------------|
| 住所 または メールアドレス | 〒 e-mail: |
| お子さんの名前と年齢 | ふりがな |
| ※4ヶ月～未就学児 | |

◎個人情報保護方針:皆様からお預かりする個人情報に関して、お申し込みの講座運営およびそれに関わるご連絡以外の目的には使用しません。また、皆様の個人情報を無断で第三者に提供することはありません。

港区立男女平等参画センター リーブラ

〒105-0023 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦

Tel: 03-3456-4149

Fax: 03-3456-1254

HP: <https://www.minatolibra.jp/>

SNS: @libraminato



アクセス

- ▶ JR「田町駅」東口(芝浦口) 徒歩5分
- ▶ 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
- ▶ ちいばす ★ 芝ルート・芝浦港南ルート(品川駅港南口行)「みなとパーク芝浦」
★ 芝浦港南ルート(田町駅東口行)「芝浦一丁目」徒歩4分
- ▶ 都営バス(田92・99)「田町駅東口」徒歩6分

