

# 報道資料

令和6年9月18日

1 件名	ゆめぼぼら講座 「コミュニケーション力をアップデート (Update) しよう ～アサーティブコミュニケーション～」を開催します
2 日時	令和6年10月26日 (土) 13:30～15:30 令和6年11月16日 (土) 13:30～15:30
3 場所	山口市男女共同参画センター (山口市中央2丁目5-1) 及びオンライン
4 内容	<p>日常生活の多くの場面においてコミュニケーションスキルは重要なツールですが、「コミュニケーションのとり方」について、「アサーティブ」をテーマにスキルを高めたい方のニーズに応える「コミュニケーション力をアップデート (Update) しよう」講座を全2回で開催します。</p> <p>この講座では、アサーティブ (自分も相手も大切にする対等なコミュニケーション技法) の基礎知識を学んだあと、演習を交え、体験的にスキルを身につけます。</p> <p><b>【講師】</b> NPO法人アサーティブジャパン 堀内 香苗氏 (10月26日)、寺地 典子氏 (11月16日)</p> <p><b>【対象】</b> 2回とも受講できる山口市内在住・在勤・在学の方30人 ※ZOOMでの受講もできます。</p> <p><b>【参加費】</b> 500円 (2回通して)</p> <p><b>【申込締切】</b> 10月18日 (金)</p>
5 問い合わせ	企画運営: NPO法人山口市男女共同参画ネットワーク TEL 090-7592-6648 主催: 山口市地域生活部 人権推進課 男女共同参画推進室 TEL 083-934-2784

山口市男女共同参画センター ゆめぽぽら講座

communication

# コミュニケーション力をアップデート(Update)しよう

～アサーティブコミュニケーション～

communication

私たちは日常生活の中で、何でもないおしゃべりはできても、自分の思いや考えを筋道立てて平易な言葉で分かりやすく、そして相手の立場を考えて伝えるということは意外と難しいものです。

この講座では自分の思いや考えを自分のことばで分かりやすく伝えることを学び、そして実践します。自分を大切に、相手も大切にするコミュニケーション力を高めることが出来れば、様々な課題を解決することも容易になります。

今一度コミュニケーションの大切さを共に学びましょう!!

定員 30名

※2回受講できる方に限りです

※ZOOMでの受講も可

参加費 500円(2回通し)

講師：NPO 法人 アサーティブジャパン

堀内 香苗 氏(10月26日)

寺地 典子 氏(11月16日)

アサーティブとは、自分の気持ちや意見を、相手の気持ちも尊重しながら、誠実に、率直に、そして対等に表現すること

アサーティブジャパン HP より

日時 令和6年10月26日(土曜日) 11月16日(土曜日)

いずれも13:30~15:30

場所 山口市男女共同参画センター

申込方法：電話・メールにて氏名・住所・電話番号をお知らせください。

申込先・お問合せ先：NPO 法人山口市男女共同参画ネットワーク

電話 090-7592-6648

メールアドレス djksnet0401@gmail.com

申込締切：令和6年10月18日(金)



二次元コード

主催：山口市 企画運営：NPO 法人山口市男女共同参画ネットワーク