

女性のための アサーティブネス・トレーニング講座

伝える力が身につく講座

～私らしく私の気持ちを伝えたい～

あなたの気持ち
伝えていますか？



いやなのに、
断われ
なくて・・・

言いたいことが言えず、
誤解されたかも・・・

自分の気持ちを
うまく言えなくて・・・

「あなた」らしく伝えることで毎日が変わります。

自分の気持ちをありのままに相手に伝える方法を
学ぶためのトレーニング講座です。

講座の日程と内容

❖ 日時 7月22日(日)

第1回 10:00～12:00 ・アサーティブなコミュニケーション

第2回 13:30～15:30 ・自分の気持ちを伝えよう

- ❖ 場所 男女平等推進センター会議室（ウイング・ウイング高岡6階）
- ❖ 講師 一般社団法人 ウィメンズカウンセリング富山
- ❖ 対象 高岡市在住か通勤、通学する女性
- ❖ 定員 20名(申込順)
- ❖ 託児 満1歳以上就学前のお子さん(無料) ※託児申込み締切 7月6日(金)

■申込み・問合せ

※チラシ裏面の申込書にご記入の上、ファクス・Eメールまたは電話でお申込み下さい。

高岡市男女平等推進センター

電話(0766)20-1810

FAX(0766)20-1815

Eメール gec@city.takaoka.lg.jp

託児付

受講費
無料