

# ＼仕事や家庭で役立つ／ コミュニケーション講座

～自分も相手も大切にする「アサーション」を学ぼう～

参加  
無料

～視聴期間～

令和5年12月18日(月)  
～令和6年1月31日(水)

※通信料はご自身での負担となります

仕事や家庭で「自分の意見を伝えづらい」「思いどおりにならずイライラしてしまう」という経験はありませんか？

「アサーション」を学んで職場の方やパートナーとのより良い関係を考えてみましょう。

※アサーションとはより良い人間関係を作るため、お互いを尊重して素直に自己表現を行うためのコミュニケーション方法です



株式会社日本・精神技術研究所  
心理サービス部マネージャー

なみき ゆり

講師 並木 友里 氏



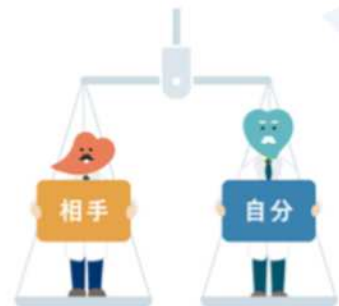
YouTubeでのオンライン配信  
YouTubeの字幕機能による字幕付き配信

～お申し込み方法～

11月1日(水)～12月14日(木)まで  
どなたでもお申し込みいただけます。  
二次元コードを読み取り、寒川町ホームページから電子申請もしくはメールにて必要事項  
(氏名、メールアドレス、住所、性別、年齢)を入力しお申込みください。  
(お申込みいただいたメールアドレスへ動画視聴のためのURLを送付します。)  
本講座は、関心のある方でしたらどなたでもお申し込みいただけます。



詳細はこちらから



問い合わせ先

寒川町役場 町民窓口課 相談・人権担当

電話:0467-74-1111 内線473 FAX:0467-74-2833 メール:soudan@town.samukawa.kanagawa.jp

主催:寒川町 共催:かなテラス(神奈川県立かながわ男女共同参画センター)