

アサーティブ・コミュニケーションとは？

～職場や家庭、日常生活での上手な伝え方や断り方を学びましょう～



頼まれごとを断りたい時、相手と意見が異なる時、どんな風に伝えたらいいのか悩むことはありませんか。

アサーティブとは「自分を一步前に進める」こと。

我慢も攻撃もせず、相手の気持ちを尊重しながら自分の主張を伝える方法を学びます。

日時

6. 25 木

10:00 - 11:30

場所

丹波篠山市民センター2階
催事場 1.2（丹波篠山市黒岡 191）

対象

再就職や継続就業を目指す女性
テーマに興味のある方
10人（応募多数の場合は先着順）

申込

二次元コードまたは下記のお申し込み先
まで、電話・FAX・メールでお願いします。

一時保育

一時保育希望の方はセミナーと一緒に
お申込みください。



講師

はまの ちはる
浜野 千春 さん

国家資格キャリアコンサルタント

社会福祉士

NPO 法人フェミニストカウンセリング神戸 所属

主催 丹波篠山市男女共同参画センター「フィフティ」
丹波篠山市黒岡 191 丹波篠山市民センター内
電話:079-552-1511 FAX:079-552-1061
E-mail:jinken_div@city.sasayama.hyogo.jp
共催 兵庫県立男女共同参画センター（イーブン）

お申し込みは
こちら >>>



『アサーティブ・コミュニケーションとは？』 参加申込書

氏名	(ふりがな:)	年齢	歳
住所		電話番号	
該当する番号に○を付けてください 1求職中 2就業中 3産・育休中 4その他()			
セミナーの中で特に聞いてみたいこと			
一時保育 について	お名前(ふりがな)	年齢	
		歳	ヶ月
	お名前(ふりがな)	年齢	
		歳	ヶ月

電話・FAX・メールでお申し込みください。 申込締切 6月18日(木)

<出張！女性のための働き方セミナー>

『アサーティブ・コミュニケーションとは？』

【申込み先】 丹波篠山市 男女共同参画センター「フィフティ」
丹波篠山市黒岡 191 丹波篠山市民センター内
電話 079-552-1511 FAX 079-552-1061
E-mail: jinken_div@city.sasayama.hyogo.jp