

平成28年 **9月24日(土)**

受付/13:00～ 講座/13:30～15:00

場所：ふれあい福寿会館 第2棟9階
女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザ セミナー室

託児サービス
先着順(無料)

受講無料

定員30名
対象：どなたでも

自分を あとまわしにしない！ 自分の気持ちを伝える コミュニケーション術

自分の気持ちを伝えることは、簡単なようで実は難しいことです。過剰に相手を優先して言いたいことを我慢したり、自身の意に反してこうするべきと縛りすぎると、苦しくなったり疲れてしまいます。

自分の気持ちを大切に伝えることは、自分をあとまわしにせず対等な人間関係を築く基本です。日常の小さなことから自分なりの考えや意見を持ち、過不足なく相手に伝える力を具体的な例で感じてみませんか。

講師 キャリアカウンセラー 藤井 しのぶ 氏

講師プロフィール

男女のジェンダー(※社会的文化的性差)視点を持つキャリアカウンセラー。就職支援や子育て支援、市民活動支援に携わり、広く生き方の相談を受けている。女性がおかれている状況にかかわらず、主体的に自らの生き方を選択し、自分を尊重し、能力を拓き、再就職やリーダーへのチャレンジや社会参画を通じて自分らしく輝くことを応援している。

キャリアカウンセラー

藤井 しのぶ 氏



受講申込お問い合わせ先は裏面へ



主催：岐阜県女性の活躍支援センター・岐阜県男女共同参画プラザ

受講申込書

申込締切：講座当日の正午まで

電話・メール・FAXにてお申込み下さい。
先着順での受付となりますのでご了承下さい。

電話

058-214-6431

受付時間 9:00~17:00 (土日祝日も可)

メール
アドレス

24時間受付

下記の必要事項を記載の上、お送りください。

gifu-danjo-plaza@sb4.so-net.ne.jp

ファックス

24時間受付
FAX

058-214-6432

申込日	平成	年	月	日	
氏名	ふりがな			年齢	
					才
住所					市・町・村
電話番号 (日中連絡が取れる連絡先)					
E-mail					

※ 事務局から参加票を送付しませんので、当日直接ご来場ください。

※ 先着30名 ※満員後の申込の場合は、ご連絡します。

託児申込

※ 2日前までのお申込みをお願いいたします。
※ 感染の心配がある病気や、発熱のあるお子さんはお預かりできません。
※ 託児中に与薬はできませんので、ご理解ください。

お子さまの名前	ふりがな	年齢	性別
			才 男 女
お子さまの名前	ふりがな	年齢	性別
			才 男 女

◎お申込みいただきました個人情報は、本講座の運営のみに使用します。

【お問合せ先】 岐阜県女性の活躍支援センター・岐阜県男女共同参画プラザ
TEL:058-214-6431 FAX:058-214-6432
〒500-8384 岐阜県岐阜市藪田南5-14-53 ふれあい福寿会館第2棟9階