

働く女性のための



アサーティブコミュニケーション講座

- 上司や部下を尊重しながら、自分の意見を伝えられる！
- 「頼まれると断れない」「つい自分で仕事を抱え込んでしまう」を改善！
- ロールプレイや動画で分かりやすい！

アサーティブコミュニケーション専門トレーナーから、職場の人間関係を大切にしながら、伝えたいことを率直に伝えるスキルを学びます。相手と立場や意見が違って大丈夫！相手も自分も納得できるコミュニケーション法を身につけましょう。



内容

- | | | |
|---|---|---|
| <p>1)アサーティブを理解する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アサーティブ・コミュニケーションの定義 ・コミュニケーションの自己点検 ・コミュニケーションをとる際の考え方のポイント | <p>2)職場でよくある事例に沿った演習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・建設的に注意・提案をする ・言いにくい”No”の交渉 | <p>3)自分の悩みに置きかえた演習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のコミュニケーションの課題に取り組む ・伝える内容の整理の仕方と伝え方のポイント |
|---|---|---|

開催日 令和7年 **11月12日(水)** 13:00~16:00

対象 福井県内在勤 または県内在住の働く女性

会場 福井県生活学習館(ユ一・アイ ふくい)
(福井市下六条町14-1)

定員 先着30名

受講無料

☆ 働き女子のホンネカフェ(希望者のみ) ☆

参加無料♪

今回のテーマ

「伝え方の工夫」

伝えたいことがうまく伝わらないときは、もやもやしませんか？他の人はどうしているでしょうか。みんなで一緒に考えましょう。

・講座終了後17:00まで

・定員5名

・ファシリテーター
ふくい女性活躍支援センター
女性キャリア相談員
(※講師は参加しません)

講師



特定非営利活動法人アサーティブジャパン

認定講師 寺地 典子 氏



あなたとともに、未来へ。
公益財団法人ふくい女性財団

詳細は裏面をご覧ください



申込方法:「ふくい女性財団」ホームページから申込み
<https://www.f-jhosei.or.jp> (PC・スマホ)

「講座・イベント」カテゴリ内、講座名のページをクリックし、
「お申込みフォーム」からお申込みください。

申込期限:10月28日(火) ※定員に達し次第 締め切ります

ふくい女性財団HP 託児申込み
(要予約・300円/人)



※申込期限終了後、受講決定メールを配信します。@f-jhosei.or.jpからのメールが、迷惑メールに振り分けられないようご注意ください。メールが届かない場合は、お電話ください(0776-41-4254)。
※申込みされた個人情報、今後の講座案内のために使用させていただく場合があります。

講師プロフィール

特定非営利活動法人 アサーティブジャパン 認定講師 ^{てらち のりこ} 寺地 典子 氏

京都府生まれ。短期大学卒業後、保育士として保育所に10年間勤務の後、子育て支援・子育て中の親支援の活動に携わりながらトレーナー資格を取得。現在はアサーティブジャパン認定講師として活躍中。

会場案内



福井県生活学習館(ユー・アイ ふくい)
(福井市下六条町14-1)
※無料駐車場有り

★ 環境配慮のため、アイドリングストップにご協力ください。

働き女子のホンネカフェへのご参加も
お待ちしております♪



参加者の声

- ・自分だけが大変じゃないとわかって、不安が解消されました。
- ・いろいろな話が聞けて楽しかったです。
- ・年齢も職業も違う女性たちと話せてスッキリしました。開放的ないい時間でした。



社外メンターとの
キャリア相談会(メンタリング)
申込み受付中!

今後のキャリアの不安や仕事のモヤモヤ、ありませんか?
社外メンターに相談すれば、これまでとは違った視点での
解消のヒントがもらえます。お気軽にお問合せください。
(ご利用にあたっては一部条件があります)

詳細はこちら



【お問い合わせ先】
公益財団法人ふくい女性財団
〒918-8135

福井県福井市下六条町14-1 福井県生活学習館内
TEL:0776-41-4254 MAIL:f-jhosei@f-jhosei.or.jp



Fukui SDGs
Partner

財団SNSはこちら

