

# 言いにくいことを伝える方法

～コミュニケーションで関係はより良く変わる～



言いにくいけれど、言いたいことって、ありますよね。たとえば、子育てについての考え方がパートナーと違う時、園や学校の先生に我が子について理解してほしい時、親同士の関係で、仕事の関係で、ボランティア仲間の関係で…。この講座では「アサーティブ・コミュニケーション」という方法を学び、あなたの考えや感情を、相手に伝わるように伝えることを練習します。

開催日時

2025 1/21(火) 9:45～11:45

会場

市民総合施設プラザおおるり 第3多目的室

対象

幼児から思春期の子を持つ親、関心のある方

定員

30名程度 託児は10名(未就学児限定、市内  
在住者優先) ※応募多数の場合抽選

講師

谷澤 久美子 氏

公認心理師、谷澤相談室代表、スクールカウンセラー、  
NPO法人アサーティブジャパン認定教師

申込み

12/22(日)までに二次元コードから電子申請



主催：島田市教育委員会社会教育課  
問合せ：0547-36-7963