

「伝える」を トレーニング

アサーショントレーニング



あなたは必要な時、自分の意見をはっきり言えますか。断りたい時ノーと言えますか。反対に、必要以上に自分の意見を押し付けて後味の悪い思いをすることはありませんか。アサーションとは自他尊重・相互理解のコミュニケーションです。自分の気持ちや考えを率直に正直に伝えると同時に、相手の思いも受け止め、わかりあえる関係を作るコミュニケーションスキルを皆さんで学びませんか。

日時:令和2年8月29日(土)

13:30~15:30

場所:松山市男女共同参画推進センター
コムズ 4F視聴覚室

対象:松山市在住または通勤・通学している方

定員:20名程度(先着順) 無料

託児:1歳以上未就学児(5人程度)

保育料1人につき200円

→詳細・お申込みは裏面をご覧ください。

【講師】

村上 由美子さん

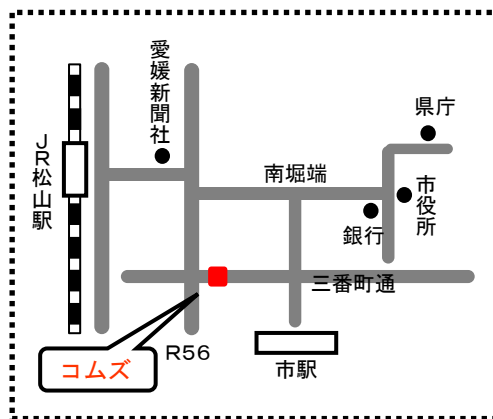
- ・産業カウンセラー
- ・キャリアコンサルタント
- ・教育カウンセラー

※新型コロナウイルス感染症感染予防・防大防止のため、日程・開催方法を変更して行う場合があります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

お申込み方法

来館、電話、はがき、FAX、Eメールでお申込みください。※定員に達し次第締切ります

- ① 講座名 「アサーショントレーニング」
- ② お名前 ③郵便番号・ご住所 ④電話番号
- ⑤ 託児を希望される方は
お子さんのお名前（ふりがな）・年齢・性別



託児

講座中、1才から就学前のお子様をお預かりします。

料金はお一人につき200円。

締切は開催の1週間前まで（定員に達し次第締切）

※キャンセルの場合は必ず**8月28日（金）17時まで**

にお知らせください。それ以降のキャンセルは託児料金を頂戴いたします。

<お申し込み・お問い合わせ先>

〒790-0003 松山市三番町6丁目4-20

松山市男女共同参画推進センター コムズ相談室

TEL 089-943-5770 / 5776 FAX 089-943-0460

E-mail event@coms.or.jp

※休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）

松山市コムズ

検索



携帯メールもOKです！

FAX 送信票 FAX=089-943-0460

講座名	「アサーショントレーニング」	
(ふりがな)		
お名前		
ご住所	〒	
電話番号		
託児を希望される方	お子さんのお名前（ふりがな）	お子さんのお名前（ふりがな）
	性別（ ）年齢（ 歳 か月）	性別（ ）年齢（ 歳 か月）

※お寄せいただいた個人情報は、（公財）松山市男女共同参画推進財団が責任をもって管理いたします。

個人情報を第三者に提供する事はございません。