

3月この指とまれ!

2回  
講座

# コミュニケーション講座

## 「伝え上手と聴き上手」

地域活動・家庭・職場など、すべての場面で必要なコミュニケーション。  
よりスムーズに人と関わるヒントや、聴くことの大切さを学びます。

### 地域

気持ちよく交流する  
コツってあるのかな～



### 家庭

どうしていつもケンカに  
なってしまうのだろう…



### 職場

もっといい関係で  
仕事がスムーズに  
できるといいのになあ。



2025年

3月

14日・21日

10:00～12:00

ところ：ほのぼの館 多目的ホール (小川西町5-39-3)

費用：無料

定員：16人 (先着順)

講師：大久保 庸子さん

(ことばのアトリエ代表・コミュニケーショントレーナー)

申込み：2月3日(月)から問合せ先へ

(祝日を除く月～金曜日の午前9時～午後5時)

大久保 庸子さん

- ・信頼関係の築き方や効果的な会話術を分かりやすくお伝えします。
- ・行政主催の講演会多数
- ・対話力の向上を通じて、日常生活での円滑な人間関係をサポートいたします。

プログラムは裏面へ

# ● ● ● 当日のプログラム ● ● ●

第1回

3/14

- ・コミュニケーションとは・・・
- ・使う『言葉』と伝える『タイミング』がポイント
- ・聴き方のコツ

第2回

3/21

- ・具体的な話の聴き方の復習
- ・相手が理解しやすい自己表現とは・・・
- ・話し合いをスムーズに進めるために！ 一番大切なこと



※当日のプログラムは変更になることもあります。

- ・2回参加できる方を優先いたします。
- ・地域活動に関心のある方大歓迎！



西武拝島線・国分寺線 小川駅西口 徒歩6分



問合せ

社会福祉法人 小平市社会福祉協議会

西部ボランティアコーナー (小平市小川西町 5-39-3 ほのぼの館内)

☎ 042-347-7858

fax 042-347-7581