



# 「新しい日常」の アサーティブ・コミュニケーション



アサーティブ・コミュニケーションは、自分も相手も尊重する気持ちで行う、対等で率直な相互交流です。

コロナ禍で在宅時間が増えて、家族との関係に難しさを感じたり、自分に自信を持てなくなったりしたとき、コミュニケーションの取り方の一つのヒントになるかも知れません。



講師 花崎 晶（はなざき しょう）さん

心理カウンセラー（フェミニストセラピー'なかま'所属）。自治体数カ所の女性相談、こころの悩みごと相談等でカウンセリングを行うほか、アサーティブ・コミュニケーション、こころとからだのセルフケア、DV/ハラスメント防止研修などの講師多数。ヨガ療法士の経験を活かした女性のためのヨガ講座も行っている。

- 日時 2021年 3月 29日（月） 10時～12時
- 参加費 無料
- 申込 HP申込フォーム・QRコード・電話・FAX・リーブラ窓口で、3/2(火)より受付
- 定員 20名（先着順）
- 対象 港区在住・在勤・在学者、テーマに関心のある方
- 会場 オンライン講座（zoom）
  - ・インターネットに接続可能なご自身のパソコン・タブレット・スマートフォンでご都合の良い場所からご参加いただけます。
  - ・開催日前日までにメールにて招待URLをお送りします。



# 講座申込書

## 申込方法

- ・電話・FAX・ホームページ(申し込みフォーム)・リーブラ2階受付窓口にてお申込みいただけます。
- ・返信先のメールアドレスは、受信に支障のないアドレスを記入してください。
- ・FAXでお申込の場合は、こちらの用紙に記入し送信してください。
- ・定員を超えた場合は、お申込み受付後3日以内にリーブラからご連絡します。
- ・講座前日までにメールにて受講方法等についてご案内させていただきます。

Tel:03-3456-4149 Fax:03-3456-1254 HP:<https://www.minatolibra.jp/>

## 「新しい日常のアサーティブ・コミュニケーション」講座 開催日時：2021年3月29日（月）午前10時～12時

氏名	ふりがな		年代	歳代
昼間の連絡先	電話			
	メールアドレス			
港区との関係	在住・在勤・在学・その他（お住まいの市区町村）			
この講座を知った方法	区広報・リーブラHP・チラシ（入手場所：）・その他（）			

- FAXまたは港区立男女平等参画センター リーブラ窓口にてお申込みいただく方は上記の講座申込書をご利用ください
- オンライン講座につき、一時保育のご用意はありません



### 個人情報保護方針について

皆さまから必要に応じて、情報を収集させていただく場合があります。ただし、個人を特定できる情報を法令に基づくものを除き、本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当社が定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。

## 港区立男女平等参画センター リーブラ

〒105-0023 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦

Tel: 03-3456-4149

Fax: 03-3456-1254

HP: <https://www.minatolibra.jp/>

SNS: @libraminato



### アクセス

- ▶ JR「田町駅」東口(芝浦口) 徒歩5分
- ▶ 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
- ▶ ちいばす ★ 芝ルート・芝浦港南ルート(品川駅港南口行)「みなとパーク芝浦」  
★ 芝浦港南ルート(田町駅東口行)「芝浦一丁目」徒歩4分
- ▶ 都営バス(田92・99)「田町駅東口」徒歩6分

