

イキイキ過ごすためのコミュニケーション講座

話す・聴く・伝える力を楽しく身につける講座です。

自分との向き合い方や、他者との関わり方のコツをワークを交えて学びます。仕事・学校・日常で役立つヒントが得られます。

【講座情報】

- ・場所：メモリー とんがったスタイル 文化センター 実習室
- ・対象：町内在住・在勤・在学の方（高校生以上）
- ・定員：10名（先着順） ※定員の半数に満たない場合は中止となります
- ・受講料：¥1,600（初回徴収）
- ・教材費：¥1,000（初回徴収）
- ・持ち物：筆記用具
- ・申込み：10月5日（月）～26日（月）までに問い合わせ先へ
※電話申込可／窓口申込優先



【講座スケジュール・内容】

- ・第1回 11/20（金） メンタルを安定させる方法
- ・第2回 12/18（金） 楽しく、イキイキ過ごすコツ
- ・第3回 1/15（金） 信頼関係を築く方法
- ・第4回 2/19（金） 良好な人間関係を保つ方法
※全4回いずれも、19:00～21:00

【問い合わせ・申込み】

東浦町学び支援課
（メモリー とんがったスタイル 文化センター）
TEL：0562-83-9567

【講師紹介】

神谷 俊博 氏（メンタル再生工場）

企業で社員の健康管理部門に携わりながら、メンタルや人間関係に関するカウンセリング・セミナーを開催。
「幸せに生きる」をテーマに活動中



講師紹介QRコード

----- 切り取り -----

イキイキ過ごすためのコミュニケーション講座 受講申込書

No. _____

ふりがな 受講者氏名	
住所	東浦町大字
電話番号 (緊急連絡先)	