

相手を  
不快にさせない  
伝え方とは？

令和5年度 セミナー

# アサーティブコミュニケーション

～対人関係を良好にする伝え方～  
『自分も相手も大切に!』

アサーティブな考え方(相手と向き合う時の心構え)を理解し、意見や要望を率直に話し合うためのコミュニケーションスキルを身につけることで、上司に対しては率直に自分の意見を率直に伝え、同僚・後輩にはモチベーションを落とさないような声掛けを行えるよう、演習しながら学びます。

■日 時： 令和5年10月25日(水) 13:30～16:30 (3時間)

■場 所： 広島県情報プラザ 2階 第3研修室

〔広島市中区千田町3丁目7-47〕

■対象者： 概ね中堅層、職場改善を目指している事業所など

■講 師： 寺地 典子 氏 [アサーティブジャパン認定講師]

■内 容：

## 【理論のレクチャー：アサーティブの理論と自己点検】

- アサーティブとは何か？
- 自分のコミュニケーションの点検と振り返り
- アサーティブに向き合うときの心がまえ

## 【事例を使った伝え方の演習：具体的な伝え方のポイント】

- 職場でよくある事例を通して、具体的な伝え方を体験する

## 【課題の抽出と整理】

- 具体的な場面での課題を通して、伝え方のポイントを学ぶ

■ 定 員 30人

■ 受 講 料 1人当たり会員5,000円・会員外10,000円(消費税込み)  
《 同時入会もできます。詳しくは、お電話にてお尋ねください。》

■ 申込み方法

- (1) お申し込みにあたっては、お手数ですが、お電話で空き状況をご確認ください。その後、受講申込書(ダウンロード)に必要事項をご記入のうえ、当協会あてにメール又はFAXでお申し込みください。
- (2) 受講料は、申し込み確認後に請求書をご送付しますので、下記の指定銀行に振り込んでください。  
「銀行振込受取書」をもって「領収書」に代えさせていただきます。なお、振込手数料は貴社にてご負担くださいますようお願いいたします。  
納入後、原則として返還できませんので、あらかじめご了承ください。
- (3) 受講料の入金確認後、開催日の1週間前頃にメールにて受講票をお送りします。  
※申込締め切り後も定員に空きがある場合、随時受付いたします。お気軽にお電話ください。

■ 振 込 先 広島銀行 県庁支店 普通預金 NO.0591467 口座名：広島県職業能力開発協会

■ 申込み期限 令和5年10月4日(水)

■ 新型コロナウイルス感染症への対応方針

- (1) 3つの密(密閉・密集・密接)の回避  
・受講者同士及び講師との十分な距離の確保  
・こまめな換気
- (2) 机、椅子等の除菌
- (3) 受付での検温、手指消毒の実施
- (4) 受講者のマスク着用



■ お申し込み・お問い合わせ先

広島県職業能力開発協会 総務課 TEL(082)245-4020 FAX(082)245-4858  
〒730-0052 広島市中区千田町3-7-47 広島県情報プラザ5階  
<http://www.hirovada.or.jp> メール: [syokunou@hirovada.or.jp](mailto:syokunou@hirovada.or.jp)

令和5年度セミナー「アサーティブコミュニケーション」申込書

事業所名		所在地			
		〒 ー 広島県 TEL FAX			
業 種	従 業 員 数	申込み責任者氏名		所属・役職名	
※ 当協会の会員の確認		受講料について			
協会会員 会員外		請求書をお送りいたしますので、金額等ご確認をお願いします。			
受講者氏名(フリガナ)	年齢	性別	受講者氏名(フリガナ)	年齢	性別

申込書の「※」欄については、該当する項目に○を付けてください。  
受講申込書の個人情報は、セミナー実施業務に利用し講師以外の第三者に開示・提供することはありません。