

女性応援セミナー
第2弾

「わたしの気持ち」 ちゃんと届けたい

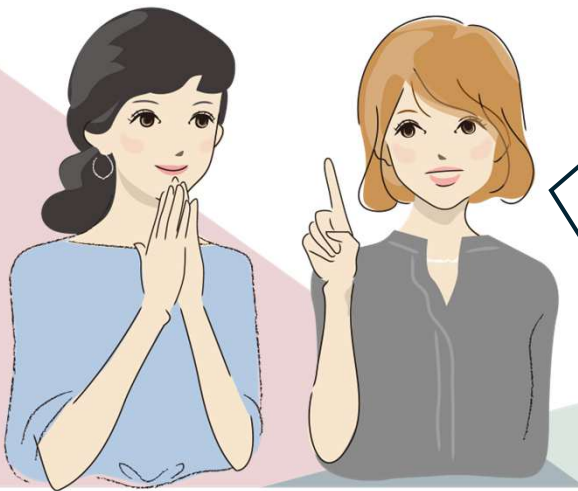
～毎日を変えるアサーション講座～

10月10日(土)10:00～11:30
男女共同参画センター 会議室1
(コンパルホール2階)

講師

みつこ
マックビーン光子さん

40年以上のカウンセリング経験を活かし、
「笑顔・感動・ほめる」を中心にした人
権講演やコミュニケーションなどの講師
として活躍中！



アサーションって、
自分も相手も大切にしながら、
自分の気持ちや考えを率直に伝える
「**自他尊重のコミュニケーション手法**」
のことなのよね。

対象

大分市在住または
在勤・在学の女性

申込期間

9月 1日(火)9時～(定員になり次第終了)

定員

25名(先着順)

無料託児

定員10名(生後6か月～就学前まで)
※要予約 10/2(金)までにお申込ください

受講料

無料

申込方法

電話または
専用フォームにて受付



申込み・お問合せ

大分市男女共同参画センター



〒870-0021 大分市府内町1-5-38 コンパルホール2F



097-574-5577