

## 令和元年度 講座実施報告書

### 1 概要

|       |   |      |     |        |     |
|-------|---|------|-----|--------|-----|
| 講座の名称 | アサーショントレーニング<中川村共催>   |      |     |        |     |
| 講座の目的 | 長期的に就労するために必要な職場でのコミュニケーションスキルや自己表現の習得を支援し、孤立することなく社会参加し、能力を發揮できる環境づくりをしていくための講座を中川村教育委員会との共催で開催する。   |      |     |        |     |
| 募集対象  | 長野県在住・在勤の方  |      |     |        |     |
| 定員人数  | 40名   | 申込人数 | 28名 | 当日参加人数 | 24名 |
| 申込方法  | 電話（21%）、FAX（29%）、メール（4%）窓口での直接申込（46%）   |      |     |        |     |
| 託児    | 3名  |      |     |        |     |
| 回数    | 1回  |      |     |        |     |
| 開催場所  | 中川村 中川文化センター <小ホール>   |      |     |        |     |
| 日時    | 10月19日（土） 13:30~15:30   |      |     |        |     |
| 講師    | 伊藤かおるさん（株式会社コミュニケーションズ・アイ 代表取締役）  |      |     |        |     |
| 開催内容  | 「アサーショントレーニング」講義・ワークショップ  |      |     |        |     |
| 参加者の声 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分も相手も傷つけずに自分の言いたいことを伝えることが出来ることがわかり、良かったです。</li> <li>・アサーション、あまり聞きなれない言葉でしたが、気をつけなければいけないことはよく理解できたと思います。</li> <li>・スタート時、専門的な内容が多く、少し難しかったのですが、後半ワークが始まると空気が和み、自分のことも客観的に見れて、日常生活に役立てると思いました。</li> <li>・普段の自分のものさしを見つめなおす、いいきっかけになりそうです。自宅に帰り振り返りをしたいと思います。</li> <li>・ワークの時間、楽しかったです。</li> <li>・話しがわかりやすかったです。</li> <li>・否定的な言動をしていることに気づかされました。</li> </ul> |      |     |        |     |



(チラシ)



(伊藤講師)



(会場の様子)