

# “気持ちを伝える”ミニ講座

## ～女性のためのコミュニケーション～

自分の気持ちが言えなくて  
モヤモヤする・・・

相手に合わせてばかりで  
疲れてしまう・・・

コミュニケーションが苦手だと思いませんか？

自分の気持ちの伝え方や、人間関係で傷ついた時の対処法などを紹介します。

※各回同じ内容です

参加費無料

開催日	受付開始日	託児締切日
<b>9/9</b> (金)	8/8 (月)	9/1 (木)
2023年 <b>1/13</b> (金)	12/6 (火)	1/5 (木)
<b>3/10</b> (金)	2/6 (月)	3/2 (木)

- ◇会場 エル・ソーラ仙台
  - ◇時間 10:30～11:30
  - ◇対象 コミュニケーションに悩む女性  
12名(先着)
  - ◇申込 受付開始日午前9時より電話で
  - ◇託児
    - ・6ヶ月以上小学校1年生
    - ・お子さん1人あたり300円  
(要申込・先着順)
- ※しょうがいのあるお子さんや  
小学校2年生以上のきょうだいが  
いる場合はご相談ください。

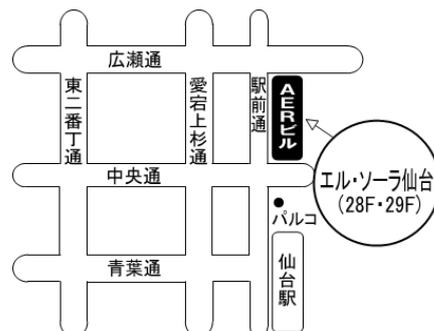
### 申込・問合せ

仙台市男女共同参画推進センター

**エル・ソーラ仙台 相談支援係 TEL022-268-8302**

受付時間 月・水～土 9:00～17:00、火 9:00～21:00  
(祝日・休館日を除く)

※申し込みの際にいただいた個人情報は、この講座にのみ使用します。



主催：仙台市・(公財)せんだい男女共同参画財団 <https://www.sendai-el.jp>

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止させていただく場合があります。予めご了承ください。 2022.07