

自分の気持ちが言えない...  
断るのが苦手...

# “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～

分かってほしくて、つい  
感情をぶつけてしまう...

今よりもっと気持ちよく人と関わり合えたら——。  
気持ちの伝え方や、人間関係で傷ついた時の対処法など、  
自分も相手も大事にするコミュニケーションについて紹介します。

※各回同じ内容です

参加費無料

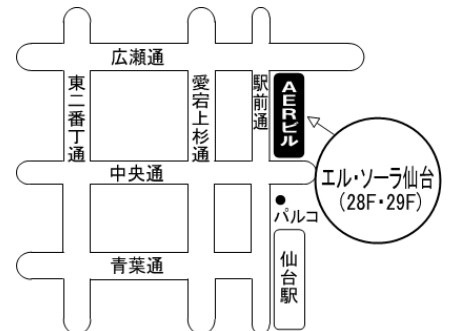
開催日	受付開始日	託児締切日
6/9 (金)	5/8 (月)	6/1 (木)
8/4 (金)	7/6 (木)	7/27 (木)
2024年 2/9 (金)	1/9 (火)	2/1 (木)

- ◆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  
上のお子さんについてもご相談ください。

## 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、本講座の事務連絡及び個人を特定しない情報として利用します。



主催：仙台市・(公財)せんだい男女共同参画財団 <https://www.sendai-1.jp>

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によって、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。

2023.03