“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～

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。

自分の気持ちが言えない…
断るのが苦手…

分かってほしくて、つい
感情をぶつけてしまう…

※各回同じ内容です

開　催　日	受付開始日	託児締切日
5 / 10（金）	4/8（月）	5/ 2（木）
9 / 13（金）	8/6（火）	9/5（木）
2025 年 **1 / 10**（金）	12/6（金）	12/26（木）
3 / 14（金）	2/6（木）	3/ 6（木）

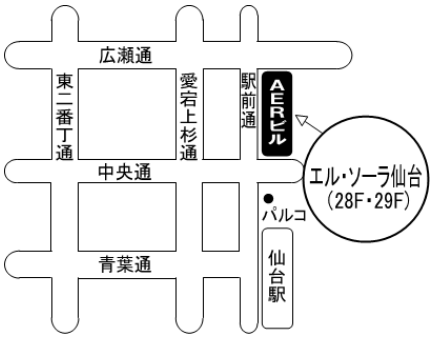
- **●会　場**　エル・ソーラ仙台
- **●時　間**　**10:30～11:30**
- **●対　象**　コミュニケーションに悩む女性
  15 名（先着）
- **●参加費**　無料
- **●申　込**　受付開始日**午前 9 時**より電話で
- **●託　児**　・6 ヶ月以上小学校 1 年生
  ・お子さん 1 人あたり 300 円
  （要申込・先着順）

※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-エル.jp

202404