

だれもが自分<らしさ>をプラス、らぶらす
世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

オンライン
(Zoom)

男女共同参画基礎講座 「自分も相手も大切にする アサーティブ コミュニケーション」

日々のコミュニケーションの難しさを解消するスキルを学び、自分の気持ちに寄り添うための、初めてのアサーティブコミュニケーション講座。自分の気持ちも相手も尊重しながら、自身の感情や考え方を伝えるヒントを学びます。オンライン開催なので、好きな場所からご参加いただけます。

2026 / 3/2(月)
18:00~19:30

講師 **小柳 茂子** さん
相模女子大学名誉教授 臨床心理士 カウンセラー



対象：どなたでも
定員：20人(先着順)
保育：なし
参加費：無料

方法：オンライン(Zoom)

申込：2月15日(日)10:00から、らぶらすHPの申込フォームから受付(先着順)
※①講座名 ②氏名 ③電話番号 ④メールアドレスを明記してください。



お申込みは
こちらから

申し込みの際にいただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、参加者名簿の作成、キャンセル待ち登録名簿の作成、および必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。

問い合わせ

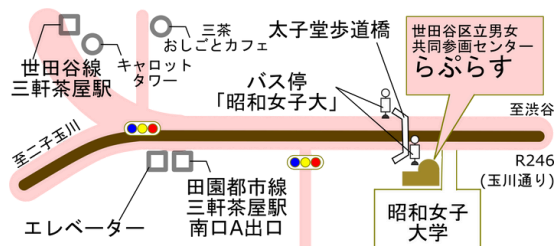
世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒154-0004

世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3~5階

電話 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511

らぶらすHP <https://laplace-setagaya.net/>



【電車】東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分

【バス】東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車

小田急バス（駒沢陸橋～北沢タウンホール）[三軒茶屋] 下車

※駐輪場のご利用を希望される方は、らぶらすまでお問合せください