

話し合い を 前にすすめるために

～ 自分も相手も大切にする コミュニケーション の方法 ～



“地域”と関わり、物事をすすめていく中で欠かせない「話し合い」。
でも、「女性は一歩ひいて」と自分の意見をのみこんでしまったり、私なんて…と「わきまえて」しまったりしていませんか？
“地域活動あるある座談会”や、“アサーション”“ファシリテーション”などのコツを学びながら、
いろいろな人とうまくコミュニケーションをとり、自分らしく物事を前にすすめていくヒントをみつけてみましょう！

連続講座
全5回

講師

NPO コチカラ・ニッポン代表

川島 高之 さん（第1回）

パブリック・ハーツ代表取締役

水谷 香織 さん（第4,5回）ほか

令和3年

日時

7/31(土) 9/11(土) 10/30(土) 11/13(土) 12/11(土)

各土曜日 13:00～16:00

※全5回すべてご参加いただくことを前提にお申込みください

会場

MIE CENTER FOR THE ARTS
三重県総合文化センター

三重県生涯学習センター2階 まなびラボ
〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 三重県総合文化センター内

対象
定員

なんらかの地域活動に参加している方で
テーマに興味のある女性 / 10名程度

託児

あり（事前申込制）託児申込締切…各回の2週間前まで

★対象：1歳6カ月～小学3年生程度（対象年齢外は応相談）

★料金：子ども1人につき1日500円

申込

事前申込制（先着順）

電話・郵送・FAX・E-mail・
ホームページ・窓口にて受付

参加
無料

フレンテみえ『種まきプロジェクト』とは…働く場、地域や家庭、意思決定の場などで活躍するこれからの男女共同参画づくりに必要な人財を育成するプロジェクトです。
「地域編」「働く編」「社会の課題編」それぞれのテーマで“種まき”し、それぞれが自分らしい「花」を咲かせるためのお手伝いをします。

主催 / MIE CENTER FOR THE ARTS 三重県総合文化センター 三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 TEL 059-233-1130 FAX 059-233-1135

E-mail: frente@center-mie.or.jp URL: https://www.center-mie.or.jp/frente/

休館日 / 毎週月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌平日） 開館時間 / 9:00～19:00



地域と関わり物事を前にすすめていく中でかかせない、“話し合い”。

でも、うまくコミュニケーションがとれなかったり、話し合いが全然前にすすんでいかない…と困ったりしたことはありませんか？
地域で活動する色々な方の話を聞いたり、大切にしたいコミュニケーションの方法を学んだりしながら、自分らしい解決のヒントを一緒に見つけてみましょう！

スケジュール

※時間・内容等は
変更になる可能性があります

第1回 7/31 (土) 「地域活動あるある座談会」

13:00～16:00

講師：川島 高之 さん

話し合いがうまくいかない、コミュニケーションがうまくとれない…そんな悩みありませんか？ 地域でリーダーとして活動する女性もお呼びしながら、あるある話や、どうやって解決したかなど、わいわい話しましょう。

第2回 9/11 (土) 「“アサーティブ”というコミュニケーション① ～まずは自分を知らう。何が言いたいのか？～」

13:00～16:00

講師：フレンテみえ職員

相手に伝えるには、まず「自分が何を言いたいのか」をつかんでおくことが大事。自分の傾向や「言えない理由」を理解しましょう。

第3回 10/30 (土) 「“アサーティブ”というコミュニケーション② ～実践編 実際に伝えてみよう！～」

13:00～16:00

講師：フレンテみえ職員

言いたいことをつかんだら、実際に相手に伝えてみましょう。正直な「自分の意見」を過不足なく伝える、自分にぴったりの表現方法を探します。

第4回 11/13 (土) 「あなたの“ファシリテーション”を見つけよう！」

13:00～16:00

講師：水谷 香織 さん

みんなの気持ちが出てきて、ゆっくり調和したり、クリエイティブな発想が生まれたり、一人ひとりと全体のhappyを創り出す。そんな話し合いの場づくりの方法を伝授します。

第5回 12/11 (土) 「みんながhappy！をめざした“合意形成”レッスン」

13:00～16:00

講師：水谷 香織 さん

私も、あなたも、みんなもhappyになる方法ってあるの？ “合意形成”という難しいイメージがあるかも知れませんが、家庭でも職場でも地域でも使えるコミュニケーション技術です。一緒に練習してみましょう！

講師プロフィール



かわしま たかゆき

川島 高之 さん (第1回)

NPO コチカラ・ニッポン 代表

小・中学校PTA会長(元)、イクメンNPOの「ファザーリング・ジャパン」理事、子ども教育のNPO「コチカラ・ニッポン」代表を務める。モットーは、「会議は1/8になる」、「大事な私生活の予定は仕事より優先」、「私生活の充実があつてこそ仕事ができる」などのWLB志向。フジTV、日経新聞、朝日新聞などにも取り上げられ、Life, Work, Social という3つの視点や経験を融合させた講演数は、年間100本を超える。



みずたに かおり

水谷 香織 さん (第4,5回)

パブリック・ハーツ(株) 代表取締役

「みんなの気持ちを大切にしたい」という想いを込めて、パブリック・ハーツ株式会社を設立(2006年)。交通、道路、河川、環境、防災、エネルギー、障がい者、子ども、子育て、医療、科学技術、人権、動物愛護、社会的事業など、いろいろな分野でファシリテーション、参加協働の場づくり、社会の合意形成支援を行っている。小学生2人の母としても日々奮闘中。

新型コロナウイルス感染拡大防止に関するご案内

三重県のガイドラインにおける「主催イベントの開催基準」に則って開催します。感染症対策については、ご来館前にフレンテみえホームページをご確認ください。

今後の感染拡大状況により、日程・会場の変更や「オンライン」での実施、または講座が中止となる場合がございます。

開催情報に変更があった際、お申込のみなさまには個別にご連絡いたします。

最新の情報は、フレンテみえホームページにて随時ご案内いたします。

三重県男女共同参画センターでは、主催イベントの実施にあたり、お客様の安心安全のためさまざまな対策に取り組んでいます。みなさまのご理解、ご協力をお願いいたします。



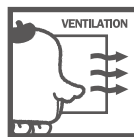
マスク着用



検温



手洗い・消毒



換気

令和3年度 フレンテみえ 種まきプロジェクトⅠ “地域” 編

“話し合い”を前にすすめるために～自分も相手も大切にするコミュニケーションの方法～

参加申込書

フリガナ	年代	TEL
お名前	歳代	メールアドレス
お住まいの市町	フレンテみえ事業の参加は？(○をつけてください) 初めて 2回目以上	
現在行われている地域活動、“話し合い”でのお悩みなど		

センター 記入欄	No. _____ 月 _____ 日 _____ 郵便番号 F T 持 HP _____	受付印
託児希望 あり・なし		
※「あり」の方は下記にお子さまのお名前をご記入ください		
お名前 _____		
講座初日 時点での年齢 _____ 歳 _____ ヶ月		

お申込み・お問合せ

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」 FAX 059-233-1135

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 TEL059-233-1130 E-mail: frente@center-mie.or.jp

※ご記入いただいた個人情報は、講座に関する連絡のために使用させていただきます。お預かりした個人情報は個人情報保護法に基づき適切に管理いたします。
個人情報に関するお問い合わせは公益財団法人三重県文化振興事業団総務部059-233-1103までお願いします。