

令和2年度 講座実施報告書

1 概要

講座の名称	「聞き上手、話し上手でうまくいく！」(千曲市共同開催)				
講座の目的	聞き方のスキルや話し方のスキルを学ぶことで自己実現や目標達成を図り、仕事や家庭でのコミュニケーション能力を高める講座を千曲市と共に実施する。				
募集対象	長野県在住・在勤の方				
定員人数	20名	申込人数	23名	当日参加人数	25名
申込方法	電話(56%)、FAX(16%)、窓口での直接申込(24%)、メール(4%)				
託児	0名				
回数	1回				
開催場所	千曲市役所 301会議室				
日時	12月12日(土) 13:30~15:30				
講師	土橋桂子さん(コーチングアカデミー諏訪校 校長、フリーアナウンサー)				
開催内容	<p>「聞き上手、話し上手でうまくいく」講義・ワークショップ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションにとって大切なもの。 ・短時間で信頼関係を築くコツ。 ・相手にとって心地よいコミュニケーションとは。 ・話しをする時のコツ。 ・コミュニケーションの土台。 ・心の栄養について考える。 				
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> ・大変わかりやすくよかったです。自分の心に栄養を与えられる生活をしていきたいと思いました。 ・聴くことがコミュニケーションの基本ということを学びました。 ・ひと言ひと言に納得して聞くことができ、充実感を覚えました。 ・日頃の人と接する時の自己を反省。良いアドバイスをいただきました。 				



(チラシ)



(土橋講師)



(会場の様子)