

## 令和5年度 講座実施報告書

### 1 概要

講座の名称	「コミュニケーションは「聞く力」と「伝える力」 <駒ヶ根市共催>				
講座の目的	職場や地域、家庭等でのコミュニケーションを良くし、自己実現や目標達成を図れるようにするため、聞き方や伝え方のスキルを学ぶ機会とする。				
募集対象	長野県内在住・在勤・在学の方				
定員人数	会場 40名	申込 人数	会場 35名 オンライン（後日配信）33名	当日参 加人数	会場 28名 後日配信視聴回数 102回
申込方法	ながの電子申請サービス、電話、FAX、メール				
託児	0名				
回数	1回				
開催場所	駒ヶ根市 市民交流活性化センター「アルパ」				
日時	8月5日（土） 13:30～15:30				
講師	土橋 桂子さん（コーチングアカデミーオンライン校 副校長）				
開催内容	講義「コミュニケーションは「聞く力」と「伝える力」～人生を楽しむためのコミュニケーションとは～」				
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 分かりやすく生かせそうです。</li> <li>・ ワークを交えながらの分かりやすい講義でとても参考になりました。</li> <li>・ とても楽しいセミナーでした。身近な事で勉強になりました。お隣の方と今後交流ができそうです。</li> <li>・ さっそく実施したいと思います。</li> <li>・ 仕事柄、人と話す機会がとても多いので、特に「聞く時」のコツについて学ぶことができ良かったです。</li> <li>・ 聞く力8割が聞いて良かったです。前向きになりました。自分の心を整える、心の栄養を取る。</li> <li>・ 実践を交えながら、分りやすく教えていただきました。初めに設定したゴールの内容が、クリアになりました。ありがとうございました。</li> <li>・ わかりやすいお話でした。1つでも2つでも明日から（今日から）できることが増えるのは幸せです。</li> </ul>				



(土橋講師)



(講義)



(会場の様子)