

参加
無料

託児
あり

伝え方ひとつで、関係が変わる

コミュニケーション セミナー

講 師



瀧崎 優佳さん

(豊橋創造大学短期大学部 准教授)

学生へのキャリア教育や一般企業での研修も幅広く行い
大活躍されています!!

【資格】

日本サービスマナー協会認定アサーティブコミュニケーター
コミュニケーション検定上級(サーティファイ)

キャリアコンサルタント(国家資格)

ワークライフバランスコンサルタント

実践行動学認定インストラクター

アングーマネジメントファシリテーター®

など

セミナー内容

自分の思いを伝えるコツとは？

アサーティブコミュニケーションとは、「相手を尊重しつつ自分の意見を率直かつ適切に表現すること」です。自分のコミュニケーションのタイプを知り、自分も相手も大切に作るコミュニケーションを学びます。

日 程

2025 **12.7(日)**
10:00～11:30

会場:男女共同参画センター パルモ
(ライフポートとよはし内)

定員:30名(抽選)

申込方法

市民協働推進課HP、電話、FAX
(申込書は裏面)



←こちらからも
お申込みいただけます。

お申込みは**11月17日(月)まで!**

お問合せ

豊橋市 市民協働推進課(西館4階) ☎ 0532-51-2188 FAX 0532-56-5128

申込書 (FAX: 0532-56-5128)

令和7年度ライフアップセミナー

『伝え方ひとつで、関係が変わる コミュニケーションセミナー』

住所	〒		年齢	歳
フリガナ 氏名		電話番号	() -	
メールアドレス				
一緒に参加される方がありましたら 氏名、年齢をご記入ください。 フリガナ 氏 名: _____ 年 齢: _____ 歳				
このチラシをどこで手に取られましたか？				
a 男女共同参画センター b 市役所じょうほうひろば c 窓口センター d 図書館 e 生涯学習センター f 校区市民館 g プラット h その他 ()				
<託児を希望される場合> 予約制です。子ども1人につき150円 フリガナ 子どもの氏名: _____ / 年齢: _____ 歳 月 / アレルギー: 有 () ・ 無 フリガナ 子どもの氏名: _____ / 年齢: _____ 歳 月 / アレルギー: 有 () ・ 無 (記入していただいた個人情報はこのセミナーの受付等に使用し、他の目的には使用いたしません)				

男女共同参画センター パレモのご案内

開館時間 午前9時～午後9時

住 所 豊橋市神野ふ頭町3番地の22 (ライフポートとよはし内)

休 館 日 毎月第3月曜日

電 話 0532-33-2800

ロビー、図書室、ギャラリーで無料Wi-Fiがご利用いただけます。テレワーク、Web会議等にご活用ください。
(ご利用の際は、事務室までどうぞ。)

図書貸し出しサービス

＼女性活躍の本など蔵書多数／

- おひとり3冊まで、2週間借りられます。
- ゆっくり読書ができる図書コーナーもあります。
- 返却は、市役所東館1階のじょうほうひろばでも可能です。



こんなこともできます！

- 会議室 (定員 25 人) ……集会や研修の場として利用できます。
- 第1～3研修室 (各定員 30 人) ……パーティションを外せば定員 100 人で利用できます。
- 美術工芸室 (定員 40 人) ……イーゼル、大工道具等を備えています。
- 調理実習室 (定員 40 人) ……調理設備のほか、実習後に落ち着いて会食ができる部屋を備えています。
- 和室 (30 畳、10 畳) ……茶華道、着付け、舞踊などの練習に利用できます。
- フィットネスルーム (定員 40 人) ……エアロビクス、ジャズダンスなどの軽運動に利用できます。

男女共同参画を推進する団体の交流室、講師控室、託児室もあります。

利用申請や利用料金などの詳細は、豊橋市 HP をご覧ください♪

「豊橋 パレモ」で検索！