

コミュニケーション力 UP!

受講・託児 無料

# “だれとでもスムーズに話せる コミュニケーション術”

こんな願い、悩み… ありませんか？

- 自信をもって成長したい。
- 初対面の人と話したい。
- 再び就職して働きたい。
- 家族ともっと話がしたい。
- 子どもの保護者会でスムーズに話したい。

1つでもあてはまる方には特におすすめの  
セミナーです！

「だれとでもスムーズに話せるポイント」  
とは… 何だと思いませんか？

コミュニケーション力を高め、新しい自分を  
発見しましょう！

2023

7/22 (土)

13:30~ 15:30

(受付:13:10~)



講師

鈴木 優子 さん

コミュニケーションアドバイザー、コーチングアカデミー講師。自治体や民間企業でコーチングを使ったコミュニケーション講座や講演会を開催。

だれとでも、どんな所でもスムーズに話せるコミュニケーション術や、好感度アップのセミナーも、「明日からすぐ使える」と大人気。

対象 : 長野県在住・在勤・在学の方  
定員 : 40名(先着順)  
会場 : 東御市東部人権啓発センター  
申込方法 : ながの電子申請サービス  
または、電話・FAX・E-mailにて  
東御市人権同和政策課まで  
託児 : 要事前申し込み  
未就学児 先着5名まで  
締切 : 参加・託児ともに  
7月14日(金)

主催 東御市 市民生活部人権同和政策課  
長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”

申込みは  
裏面

交通案内



**<東御市東部人権啓発センター>**  
 東御市県288-3 TEL 0268-64-5902  
 【電車でお越しの場合】しなの鉄道 田中駅から徒歩 約 5 分  
 【車でお越しの場合】上信越自動車道 東部湯の丸SA降車 約 5 分

◆ 申込書

ふりがな 氏名	お住まいの 市町村名		年代	才代
電話番号	FAX/E-mail			
託児 希望	なし	お子さんの 名前・年令 (ふりがな)	ふりがな ( )	才 力月
	あり ( )人		ふりがな ( )	才 力月
〔備考欄〕 このセミナーに期待することなど、自由にお書きください。				

★電子申請での申込はこちらから

ながの電子申請サービスに接続します。

[https://s-kantan.jp/pref-nagano-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=31884](https://s-kantan.jp/pref-nagano-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=31884)

- ※収集した個人情報は厳正に管理し、利用目的の範囲内でのみ使用します。
- ※やむを得ず欠席、遅刻をされる場合は、事前にご連絡をください。
- ※託児を利用される方は、おやつ、おむつ等必要なものをご持参ください。



↓【申込先】↓

東御市 市民生活部人権同和政策課  
 男女共同参画係  
 〒389-0517 東御市県288-3  
 TEL:0268-64-5902  
 FAX:0268-64-5011  
 E-mail:danjo@city.tomi.nagano.jp

長野県男女共同参画センター  
 “あいとぴあ”  
 〒394-0081 岡谷市長地権現町4-11-51  
 TEL:0266-22-5781  
 FAX:0266-22-5783  
 E-mail:aitopia@pref.nagano.lg.jp