



# コミュニケーション 能力向上セミナー

仕事も  
人間関係も  
うまくいく!

両方参加して効果を高めよう! (いずれかの参加でもOK)

## 高知会場(集合型) チームビルディング

3/8(金) 14:00~16:00  
(受付13:30~)

ちより街テラス 3F「会議室2」

高知市知寄町2丁目1-37

社内コミュニケーションの活性化や相互理解、職場の人間関係を良くし、チームで目標達成するための秘訣をグループワークやゲームを通して考え・気づき・実践していきます。

- コミュニケーション・モチベーションの向上
- ポジティブ思考になりメンタルヘルス対策にも
- 各自のスキルや能力、経験を職場で発揮できるようになる

## オンライン会場(Zoom) アサーティブコミュニケーション

3/15(金) 14:00~16:00  
(受付13:30~)

カメラONでご参加ください

相手も自分も大切にしたい、率直で対等なコミュニケーション術「アサーティブコミュニケーション」。トレーニングで習得できるコミュニケーションテクニックを学びましょう。

- 相手に伝わる話し方のポイントが理解できる
- 信頼される聴き方ができるようになる
- 様々な価値観の人たちと信頼関係を築く方法がわかる

▶対象者/入社からおおむね3年以内の37歳~52歳(令和5年4月1日時点)までの方  
(定員に余裕があれば、対象年齢でない方もご参加いただけます。お気軽にお問い合わせください。)

▶定員/20名 ▶参加費/無料【要予約】 ▶申込締切:令和6年3月1日(金)



ひらおか みか  
平岡 美香氏

キャリアコンサルタント・  
メンタル心理カウンセラー・  
フリーアナウンサー

### 講師プロフィール

大手電機メーカー社員からアナウンサーに転身。自身の経験に基づいた「傾聴力」「コミュニケーション力」「伝える力」と独自の手法と理論で幅広い層に向けた研修・セミナーを実施し好評を博す。現在は企業人事として採用・育成・制度構築などを担当しながら、子育てコワーキングスペースアンパサダーなど子育て世代のキャリア支援、高知県登録働き方改革コンサルタントとして働き方改革を伴走するなど、働きがいのある職場づくりや自分らしく働くための支援を行っている。



### 申込方法 (留意点)

- ▶当センターにメール・お電話いただくか、下記申込書ご記入の上FAXをお願いします。
- ▶オンライン会場(Zoom)へお申し込みの企業様には、受付完了後、当日の参加方法等をメールにてご案内させていただきます。
- ▶当セミナー参加に必要な交通費や通信費は企業様負担となります。予めご了承ください。



お申込み・お問合せ

高知県就職支援相談センター

TEL 088-802-1533 FAX 088-802-1534

ジョブカフェこうちは、株式会社東京リーガルマインドが高知県から受託し、運営しています。

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル  
開所日/月~金曜、第2・4土曜  
10:00~18:00 (金曜のみ20:00まで)  
E-mail info@jobcafe-kochi.jp  
HP https://www.jobcafe-kochi.jp



FAX申込フォーム 締切:令和6年 3月1日(金)

送り先 FAX番号:088-802-1534

|              |          |    |   |
|--------------|----------|----|---|
| 企業/団体名       | 電話番号     |    |   |
| ご担当者名        | Mail(必須) |    |   |
| 参加者 氏名(フリガナ) | 所属部署・役職  | 年齢 | 参加希望  |
|              |          |    | <input type="checkbox"/> 集合型(3月8日)<br><input type="checkbox"/> オンライン(3月15日) |
|              |          |    | <input type="checkbox"/> 集合型(3月8日)<br><input type="checkbox"/> オンライン(3月15日) |
|              |          |    | <input type="checkbox"/> 集合型(3月8日)<br><input type="checkbox"/> オンライン(3月15日) |