

令和6年度 コミュカUP講座のお知らせ



職場で自分の気持や考えを上手く伝えられていますか？不安になることや混乱してしまう事はありませんか？上司や同僚とのコミュニケーションは職業生活を送る上で大切なことです。職場での色々な場面を想定して、仲間と一緒に練習しながら、コミュニケーション力に磨きをかけましょう！

申込み ☎ : 090-3808-6926 ✉ : lsc6926@softbank.ne.jp

第1回 6月1日(土)	目標の設定・SSTの説明・忙しい人への質問
第2回 7月6日(土)	
第3回 8月3日(土)	会話のきっかけ
第4回 9月7日(土)	断り方
第5回 10月5日(土)	不愉快な気持ちの伝え方
第6回 11月2日(土)	ストレスの対処法
第7回 12月7日(土)	雑談スキルを学ぶ
	1年間の振り返り・仕事について語り合おう



日にち:6月~12月 詳細は上記👉(施設行事等で変更になる場合があります)
時間 :10:00~12:00 または 13:30~15:30
場所 :つくばライフサポートセンター
講座 :全7回 (全講座に参加できなくても大丈夫です)

