

NPOの
ための

自分自身と、自分と共に活動をする人が…

「ウェルビーイング」になるための コミュニケーション講座

※ウェルビーイング=体も心もいい状態のこと

コミュニケーションって
難しくて、周困に気を使
うことが多くて疲れる…

団体内でのコミュ
ニケーションを、
今よりもっと良く
したい！

日常、忙しくて、
なかなか立ち止まっ
て考える時間がない

最近よく耳にする
「パワーハラスメント」
自分は（自分たちは）、
大丈夫だろうか？

自分自身や自身の団体の状況と照らし合わせながら、
現状として何ができていて、何を取り入れればいいのか、知るきっかけとなる講座です。
団体メンバーと共に学ぶのが効果的ですが、まずは本講座に参加して体感してください！

日時

2024年 9月19日(木) 13:30~16:30

内容

- ・日頃のコミュニケーションの振り返り
- ・風通しのよい人間関係とは
- ・パワーハラスメントは、なぜ起きるのか
- ・ウェルビーイングとなるためのコミュニケーションの方法

講師

谷水 美香 (アサーティブコミュニケーション・トレーナー)

会場

市民活動スクエア「CANVAS谷町」会議室
(大阪府中央区谷町2丁目2-20大手前類第一ビル2階)

参加費

1人3,000円 (協会個人会員・パートナー登録団体:2,500円)
※銀行振込の場合。詳細は裏面参照

定員

30名

主催

社会福祉法人大阪ボランティア協会

★参加特典!!★

本講座に参加された方に限定して「無料」で講師に
個別相談ができます！（当日または後日）
所属する団体等でコミュニケーションに関する悩み
がある方、ぜひこの機会に講座にご参加ください！



講師プロフィール

谷水 美香さん

ヒューマン・トータルバランスサポート「りんど」代表。
アサーティブ・コミュニケーショントレーナー、精神保健福祉士。
大阪府立の高校で27年に渡って教壇に立ち、その側ら、多様性及び人権教育・女性学・労働問題・メディアリテラシーなどを学び、志を同じくする仲間とともにNPOを設立し講座を開催するなど、一人ひとりのエンパワメントにつながる活動を進めてきた。
その中で、どのようにすれば、組織内で各々が建設的に意見を交わし、団体のミッションを実現するために、より活動を進めることができるのかに関心を持ち、2002年に自他尊重のコミュニケーションである「アサーティブ」に出会う。
特定非営利活動法人アサーティブジャパンの認定講師として活動後、独立。引き続き、数多くの講演・講座を開催。トレーニングの指導を行っている。



参加費

1人3,000円 (銀行振込の場合)

- ※協会個人会員、パートナー登録団体は、2,500円です(銀行振込の場合)。
- ※クレジット・コンビニ払いは、Peatix利用手数料200円を加算した額になります。

対象

- ・ウェルビーイング／コミュニケーション／メンタルヘルス／ハラスメント／アサーティブといったキーワードが気になる方
- ・理事と事務局、事務局とボランティア、ボランティア同士などのコミュニケーションを見直したい団体のスタッフの方
- ・「風通しのいい組織づくり」「ひとりひとりを大切にしよう」ことに関心のある方など

申込方法

右記の二次元コードから、お申し込みください。

- ※一人ずつお申し込みください。
- ※個別相談をご希望の場合は、申し込み時に必要事項をご記入ください(参加特典で無料、30分程度)。
- ※特別な配慮が必要な事項(要約筆記・車いす席等)があれば、申し込み時にご記入ください。



銀行振込
振込み手数料は
ご負担ください。

申込締切 / 振込期日

2024年9月16日(月祝)まで

クレジット・コンビニ払い
Peatix利用手数料200円を
加算した額になります。



大阪ボランティア協会は、1965年、全国に先駆けて誕生した市民活動サポートセンターです。約100人のボランティアスタッフと約15人の職員が、ボランティア(グループ)やNPO、企業の市民活動等を支援しています。ボランティア活動や市民活動を通じて、市民が主体となった社会づくりをめざしています。みんなが笑顔でお互いを助け合い、助け合うことでさらに元気になる。私たちはそんな社会をめざします。

主催・問合せ先：(福)大阪ボランティア協会【担当：江淵】
06-6809-4901 / office@osakavol.org