



地域貢献セミナー

あなたの思いきっと伝わる！

人の役に立ちたいと思っても、それをどう伝えるか悩んだ経験はありませんか？
基本的なコミュニケーション方法を学ぶことで、あなたの一歩が大きく変わるかもしれません。
誰もが自分らしくいられる「場」づくりをめざしましょう！活躍の場を広げるチャンスです！

2022年

12/10(土) 10:00~15:00 (休憩 12:00~13:00)

参加費

無料

定員

20名

1

「自分の心の声にしっかり向き合おう！」～コーチング編～

講師

まるも ち か こ

丸本智佳子さん (OPEN THE DOOR 代表、パーソナルコーチ)

2007年に子育てをしながらコーチ資格を取得し、プロコーチとして活動。女性の自己実現や起業、経営者・マネージャー・ビジネスマンをパーソナルコーチングでサポート。2012年よりコーチング・マネージャー・接遇など研修講師・人材育成コンサルタントとして活動開始。自分の強み、価値観を活かして、組織の中で貢献し周りと協力しながら自分らしい生き方、働き方を実現すること、周りへの関わり方をより良いものにするのをサポート。研修では《自分を活かす》《家族や職場、周りの人と信頼し合い活かしあう》《共に成長する》のための【コーチング】【コミュニケーション】【セルフマネジメント】のスキルを伝える。

※コーチング…人の思いや気持ちに寄り添い、やる気や意欲を引き出して目標を達成できるようにサポートするコミュニケーション手法の一つ

2022年

12/17(土) 10:00~15:00 (休憩 12:00~13:00)

2

「お互いの気持ちを尊重し、ステキな人間関係を築こう！」
～アサーティブ&ホワイトボード・ミーティング®編～

講師

たき い と も み

瀧井智美さん

(株式会社 ICB 代表取締役、
ホワイトボード・ミーティング®認定講師)

営業事務、パソコンインストラクター、キャリアカウンセラー、独立系コンサルタントを経て、キャリア開発・組織活性化・人材育成を支援する「株式会社 ICB」を設立。個人の成長、組織発展のためにはワーク・ライフ・バランスが必要であると注目し、ワーク・ライフ・バランスコンサルタントとして職場の風土改革や働き方見直しのコンサルティングに力を注いでいる。ワーク・ライフ・バランスを推進する専門家チーム合同会社 WLBC 関西代表、社外メンターマッチング事業の NPO アーチキャリアの理事でもある。

※アサーティブ…相手を尊重しながら自分の気持ちを伝えるコミュニケーション方法
※ホワイトボード・ミーティング®…ホワイトボードに意見やアイデアを集め、参加者の力が活かされる効率的、効果的な会議の進め方ができる手法

〈おねがい〉

新型コロナウイルス感染予防のため、発熱や体調不良の場合はご来館をお控えください。受講時はマスクの着用・手指の消毒をお願いします。また、状況により延期・オンラインセミナーになる場合があります。随時イコーラムホームページにてお知らせいたしますので、ご確認くださいませようよろしくお願いいたします。

主 催：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

(指定管理者：ドーン財団 (一般財団法人 大阪府男女共同参画推進財団))

令和4年度 いこう！らむ塾（地域貢献セミナー）

- 日 時：令和4年12月10日（土）・17日（土）
各日とも 午前10時～12時
午後1時～午後3時
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
第1・第2研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の方 20人
- 参加費：無料
- 一時保育：1歳半～就学前幼児 定員10人、ひとり200円
(各開催日の1週間前までに要申込)
※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、利用できない場合があります。

- 申込方法：
電話またはイコーラムの窓口（申込時間は休館日を除く午前9時～午後9時30分）またはメール、FAX、イコーラムホームページの申込フォームに、講座名・住所・氏名・電話番号・メールアドレス・FAX番号・年代・参加動機・保育の有無（保育希望の子どもの氏名・生年月日）をご記入の上、下記までお申込みください。
- 申込締切：令和4年12月3日（土）必着
※2日間参加の方を優先、申込多数の場合は抽選
- 新型コロナウイルスの感染状況により延期・オンラインセミナーになる場合があります。
- 館内で食事ができるフリースペースがない場合があります。

★お申し込み・お問い合わせ★

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600

Tel 072-960-9201
Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com
URL <https://www.ikoramu.com>

休館日：毎週月曜日（祝日の場合は開館し、その翌平日が休館）
及び年末年始（12月29日から1月3日）



FAX申込フォーム【いこう！らむ塾】東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

地域貢献セミナー

ふりがな			年代	歳代
氏名				
住所				
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	FAX	(勤務先・自宅)	
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)			
参加動機				
一時保育希望	有・無	(ふりがな) (お子様のお名前)	お子様の生年月日	年 月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207