

# 自分の話し方・伝え方のクセに気づく ～安心感を育む前向きな伝え方～

自分の伝え方を見直すことで、無意識な言葉による暴力や差別を防ぎ、互いの尊厳を守りあう関係づくりにつなげることを目指します。

参加型ワークやグループワークを通して日常の伝え方を見直してみませんか。

## 令和8年3月28日 土

### 14:00～16:00

定員

参加費  
無料

30名

保育3名

(1歳以上就学前のお子さん)

会場

葛飾区男女平等推進センター

3階 洋室A

(葛飾区立石5-27-1)



申込方法

2月27日(金)より受付開始

お電話またはオンライン申請でお申し込みください。

TEL 03-5654-8148

電話の場合、①講座名「暴力防止講座」②氏名③連絡先④保育希望の有無(有の場合はお子さんの名前と年月齢と住所)をお伝えください。

オンライン申請 QRコードを読み込むか、下記URLにアクセスし、お申込みフォームよりお申し込みください。

<https://logoform.jp/form/Ehiz/1396239>



お申し込みは受講・保育ともに先着順になります。受付は3月27日(金)13時までに行っています。ただし、保育の受付は3月18日(水)10時までになります。



講師 高山 直子さん(公認心理士・カウンセラー)

教育機関等のハラスメント専門相談員や東京都の労働相談情報センター心の健康相談員として活動。米国で女性学とカウンセリング学の修士取得。東京・代々木に『カウンセリング&サポートサービスN』を開設。2022年公認心理師資格取得。「メンタルヘルスケア」「エンパワメントにつなげる支援(相談員トレーニング)」「ハラスメント」などをテーマにした講演、ワークショップ多数。著書に『働く人のための「読む」カウンセリングーピープル・スキルを磨く』(研究社)。

問合先

葛飾区総務部人権推進課人権施策推進係

葛飾区立石5-27-1

電話 03-5654-8148

