

令和5年度

★グループワークやロールプレイングを行います。

悩みの聴き方レッスン

●●●● 少しずつ周りの人や自分が楽になっていくよ ●●●●



地図は裏面にあります。

内容は同じです。希望の日を一日選んで下さい。

9月4日(月)	北口保健福祉センター	ACTA西宮西館 5階 多目的研修室
9月7日(木)	西宮市役所 池田庁舎	1階 講堂
9月15日(金)	中央保健福祉センター	西宮健康開発センター 2階 大研修室

時間：14:00～16:30 (13:30より受付開始)

定員：各30名 (先着順)

対象者：西宮市在住・在勤・在学の方

受講料：無料

お申込みは7月25日(火)より
詳細は裏面をご覧ください。

悩んでいる人は
話を聞いてもらうだけで
少し気持ちが軽くなるよ

悩みを話してもらうには
いつもとは違った聴き方が
あるんだ

このレッスンで勉強して
大切な人の
気持ちに寄り添ってみよう

(内容)

1.辛い言葉、嬉しい言葉

2.よくある会話これで大丈夫？

3.声をかける

4.話を聴く

5.自分を大切に

6.ロールプレイング実習

7.自分を大切に

お申し込みは、お電話または下記の二次元コードからお願いします

西宮市保健所 健康増進課

TEL: 0798-26-3160(お問合せもこちらへ)

お申し込みは7月25日(火)より

申込数が超過し、受講をお断りする場合のみ
西宮市保健所健康増進課より連絡いたします。



↑
こちらの二次元コードを読み取って
お申し込みすることもできます

《注意事項》

- どの回も内容は同じです。ひとつの回を選んで下さい。
- 当日11時時点で、西宮市に警報が発令されている場合等は、中止となることがあります。
- 事前申し込みのない方が当日会場に来られた際は、お断りさせていただきます。

会場案内

<北口保健福祉センター>

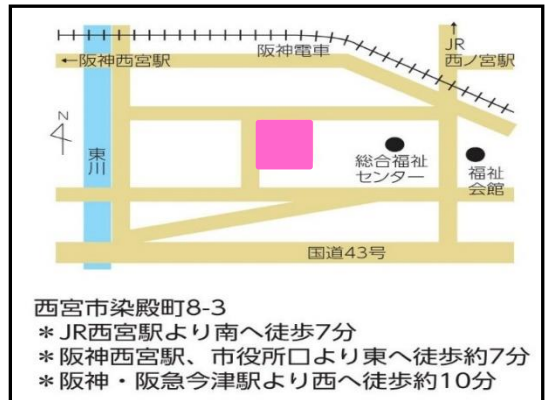
ACTA西宮西館 5階 多目的研修室
有料駐車場あり



西宮市北口町1-1「ACTA西宮」西館5F
* 阪急西宮北口駅、北改札口より徒歩1分

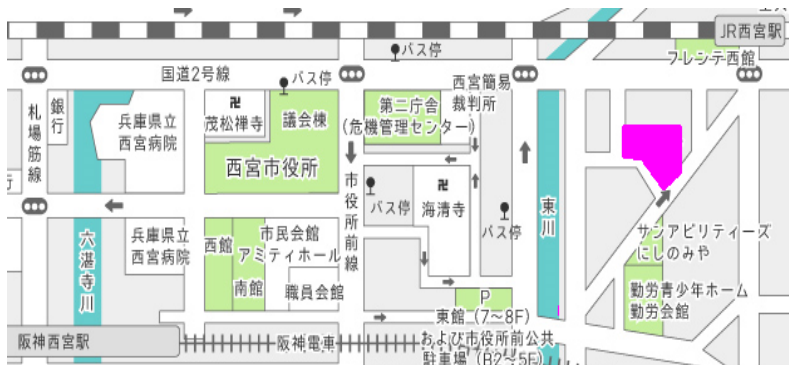
<中央保健福祉センター>

西宮健康開発センター 2階 大研修室
近隣のコインパーキングをご利用ください



西宮市染殿町8-3
* JR西宮駅より南へ徒歩7分
* 阪神西宮駅、市役所口より東へ徒歩約7分
* 阪神・阪急今津駅より西へ徒歩約10分

<西宮市役所 池田庁舎> 1階 講堂 近隣のコインパーキングをご利用ください



本事業は西宮市の委託を受けてNPO法人ゲートキーパー支援センターが実施しています。