

**無料**

2011年**3月19日(土)** 10:00~17:00

**”働く女性のアサーティブ・トレーニング”**

ひとつでも思い当たることがあったら  
アサーティブネスの学びとき！

申込み：  
すてっぷへ

**一時保育あり**

3/12 (土) 申込〆切り

525円 (1歳~小学校3年生)

職場や家庭でこんなことはありませんか？

- ・飲み会や慰安旅行に誘われて行きたくないのに断れない
- ・デートの約束があるのに残業を引き受けてしまう
- ・仕事中に私語する部下を注意したいのに出来ない
- ・相手が自分の思い通りにしないと、ついきれてしまう
- ・家事を手伝ってくれない家族に何も言えず物に当たる
- ・休日の日、いつまでも寝ている家人の耳元で掃除機をかける

頼りにしてくれ  
たんだし…

嫌われたく  
ないなあ…

わかりました、  
なんとか…  
やります…

自分もNOと言わ  
れたらやだなあ…

**アサーティブは自分も相手も  
大切にするコミュニケーション！**

—講師— 沢部ひとみ  
アサーティブネス・トレーナー  
(NPO法人アサーティブジャパン理事)



アサーティブコミュニケーション -assertive communication-

他民族国家のアメリカで人種や性、年齢や立場を乗り越えて理解しあおう  
という事から働く女性の間で生まれた自己表現法。日本でも社員教育の一  
環としてとりいれる企業がふえている。

場 所	すてっぷ (セミナー室2AB) 阪急豊中駅前エトレ豊中ビル5階 大阪府豊中市玉井町1-1-1-501 TEL 06-6844-9772 <a href="http://www.toyonaka-step.jp/">http://www.toyonaka-step.jp/</a>
対 象	関心のある方ならどなたでも (定員24名) *定員になり次第締め切り
参加費	<b>無 料</b> *3月15日 (火) 締め切り
申し込み 問合せ先 [NPO法人ZUTTO]	お名前、電話番号 (あればFAX番号) をご記入の上、FAX又はメールで TEL:06-6201-1329/FAX:06-6201-1862 / Email: info@npo-zutto.com