

# イライラをワクワクに変える

# コミュニケーションワークショップ



対立を創造的に解決しよう！

“対立”ってなんだかマイナスなイメージがありますよね。  
我慢したり…傷ついたりしてしまうことも。

雑用ばかり押し付けないでよ！？  
自分でやれば？  
上司にたまったウッパン言えないワタシ…

義母のくれる高級子ども服。  
ありがたいけど同じ高額ならオーガニックの  
環境にやさしいものがないな…モジモジ。

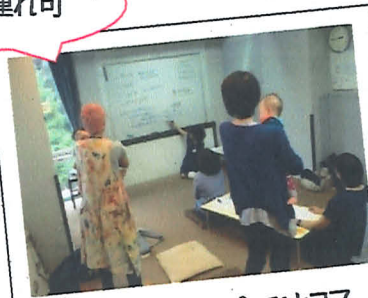
2 0 1 7  
1 / 14 (Sat)

10:30-12:30 (開場10:15-)

仙台市市民活動サポートセンター  
4F 研修室3 (仙台市青葉区1番町4-1-3)  
定員 20名 / 参加費 500円(お茶つき)

こんな身近な対立をテーマに、  
参加者同士が話したり動いたりしながら、  
人との関わり方を4回シリーズで学びます。  
全講座を終えるときには、  
今よりもっと“しなやかに”伝えられるあなたに♪

お子様連れ可



9月ワークショップのひとコマ



どうやって気持ちを伝える？

4<sup>th</sup> 1/14 (Sat)

テーマ『創造的に解決する』

これまで考えたことを活かして、対立を解決する方法  
を学びます。これからの自分と対立について検討しま  
しょう。

過去3回の振り返りを行いながら進めますので、初  
めての方もぜひご参加ください！

講師：清水千絵 (ちえぞー)

NGOスタッフ、青年海外協力隊、中学校教師、石巻で復興支援、廃棄物マ  
ネジメントの会社と色々な職を務め、3年前に来仙し学校と国際協力をつなげ  
る仕事を2年間務める。現在は育児奮闘中。ファシリテーション経験は10年ほど。  
地域にもっと笑顔を！そう思ったのはなんと7歳の時。  
人・家族・地域・企業(組織)・国がもっとハッピーにつながっていく方法を考える  
ことがライフワーク。

過去3回(2016年)実施の様子を  
ご覧いただけます♪

1<sup>st</sup>: 3/26 (Sat) 「対立は関係づくりのきっかけ」

<http://ameblo.jp/chiesamasama/entry-12151788948.html>

2<sup>nd</sup>: 6/25 (Sat) 「気持ちとコース」

<http://ameblo.jp/chiesamasama/entry-12185521000.html>

3<sup>th</sup>: 9/24 (Sat) 「しなやかに伝える」

<http://ameblo.jp/chiesamasama/entry-12215399231.html>

主催：まならほ仙台

お申し込み (単発での参加も可能です)

E-mailもしくはお電話にて下記の内容を、「お問い合わせ先」  
までお知らせ下さい。

《①お名前 ②携帯番号 ③メールアドレス④お申し込みの動  
機⑤(お子様連れの方) お子様のお名前と年齢》

お問い合わせ

E-mail : chiesama0803@yahoo.co.jp  
TEL: 050-5307-4967

ご注意ください(必ずご一読ください)

お子様連れの参加を歓迎します。スタッフが一緒に遊ぶか、参  
加者のそばで過ごすか、適宜対応致します。ただし、「託児」  
ではないこと、事故や怪我が起きた場合の責任は負えないこ  
とをご了承ください。

お気に入りの玩具や絵本をお持ちいただくと助かります。

参加者同士で学び合うワークショップ形式での実施です。積  
極的にコミュニケーションを行っていただくようお願いいたします。