

2025年度 **コミュニケーション スキルUP** 講座

社会・家庭でのコミュニケーション、我慢して言いたいことが言えなかったり、主張しすぎて気まづくなったりしたことありませんか？この講座では様々な視点で人との関わりを考えていきます。

※体験を重ねて理解を深める内容ですので①～⑤受講をおすすめしますが、1講座から受講OKな単科コースもあります。

この講座はNPO法人ひだまりの森が実施している「子育て期の相談」の認定相談員資格である **リスナルケアラー***初級養成も兼ねています。資格取得希望の方は講座①～⑧の受講が必須です。

* 聴かせていただく姿勢 (リスナル:listen+al) + 伴走者として寄り添う相談員(ケアラー:carer)

「子育て期の相談」は親支援をととして親子の孤立・虐待を未然に防ぐことを目指しています。

実施日	テーマ	時間	内 容	講 師
① 6/6 (金)	自分も相手も大切に コミュニケーション	13:20~14:10	講座全体がコミュニケーションの場 ～受け身でなく体験して感じる・気づく～	林 順子 NPO法人ひだまりの森 理事長
		14:20~16:20	まわりに人が集まる聴き方・話し方 ～アサーティブ コミュニケーション～	川合 健三氏 クレーム対応セミナー講師
② 6/13 (金)	聴かせていただく姿勢 から生まれる信頼 少人数でのワーク ①②どちらかを受講	13:20~14:40	傾聴スキル 聴かせていただく姿勢 ～ロールプレイからの気づき～ グループ①	林 順子
		15:00~16:20	傾聴スキル 聴かせていただく姿勢 ～ロールプレイからの気づき～ グループ②	林 順子
③ 6/20 (金)	相互理解により深まる コミュニケーション	13:20~15:20	自己理解・他者理解	佐藤 大輔氏 NPO法人スプラウト管理者・看護師
		15:30~16:20	自分を知るワーク	林 順子
④ 7/4 (金)	無意識の思いこみ 偏見に気づく	13:20~14:10	「子育て期の相談」から見えること	林 順子
		14:20~16:20	相談における男女共同参画の視点	菊池 朋子氏 (公財)横浜市男女共同参画推進協会 事業本部長
⑤ 7/11 (金)	否定せずに受け止める ために知っておくこと	13:20~15:20	精神疾患のある方との関わり	ヴィヒャルト 千佳子氏 公認心理師・臨床心理士
		15:30~16:20	「子育て期の相談」での対応	林 順子
★⑥ 7/18 (金)	リスナルケアラー として活動してみよう	13:20~14:10	リスナルケアラー初級 検定(記述式)	林 順子
		14:20~16:00	カタルタworkshop ～学んできた仲間とコミュニケーション～	林 順子
★⑦ 7/25 (金)	リスナルケアラーの ひとこまを見てみよう	14:00~16:00	ケーススタディ	ひだまりの森 スーパーバイザー
		16:00~16:20	気づきを話そう、ふりかえろう	林 順子
★⑧個別	電話相談を体験	個別設定	リスナルケアラー初級検定(電話対応)	林 順子

◆ 会 場 みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ (横浜市南区浦舟町3-46 浦舟複合福祉施設10階/市大センター病院隣)

◆ 定 員 ①～⑤ 講座各20名(単科受講含む) ★印はリスナルケアラー初級資格取得希望者のみ

◆ 参加費・お申込み等 詳細は裏面をご覧ください。

◆ 問合せ ☎ 045-341-3607 ☎ 080-4804-1154 (月～木 10時～16時 祝日休み)

✉ hidamarimori1154@sky.hi-ho.ne.jp

◆主催 NPO法人**ひだまりの森**

申込時にお聞きする個人情報は当事業の事務のみに利用し、その他の目的で使用することはありません



裏面も
ご覧
ください

送付先 ひだまりの森 子育て期の相談 宛

FAX 045-341-3607

mail hidamarimori1154@sky.hi-ho.ne.jp (PDFメール添付 または 必要事項をメールに記載)

☎ 045-341-3607 月曜日～木曜日 10時～16時

話し中の場合はTEL 080-4808-1154へ。留守電メッセージをお入れくだされば 折り返しお電話いたします。

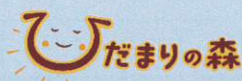
※受付後、2日以内にメールでご連絡いたしますが、届かない場合は お手数ですが電話にてご連絡下さい。

コミュニケーションスキルUP講座 受講申込書

【リスナルケアラー初級養成講座 認定資格取得コースも兼ねています】

お名前		
ご連絡先	TEL	mail
資格・経験・所属 (任意)		

お申込み講座に☑をお付けください			受講する 講座NO.に○	受講料
受講講座	コミュニケーションスキルUP講座 コース ①～⑤ すべて受講 ①～⑤すべての講座受講者には修了証を授与いたします	☐		10,000 円 単科5回分(11,000円)より 割引になっています
	単科コース 1講座から受講可能(ただし ①～⑤のみ)	☐	① ② ③ ④ ⑤	2,200円/講座
	リスナルケアラー初級 認定資格 取得コース ①～⑧ すべて講座受講 リスナルケアラー初級資格取得・活動参加希望の方は受講	☐		15,000円
振込先	■郵便振替 00260-8-50050 特定非営利活動法人ひだまりの森 ■横浜銀行 上大岡支店 普通1895974 特定非営利活動法人ひだまりの森 理事長 林 順子		受講料 合計金額	合計金額をご記入下さい 円



「子育て期の相談」は育児のことだけでなく
相談者自身のこともお話しできる相談です。
リスナルケアラーは相談者の小さな声にも
耳を傾け、寄り添います。

リスナルケアラー 各級の目標

各級とも、養成講座修了後、認定試験を受けたのち、以下の相談対応ができます。

- ◆初級 「ひだまりの森 子育て期の相談」「リスナルケアラー」の目指すことを理解する
「聴く」ことを軸に基本的な相談対応を学ぶ
修了後、上級(場合によっては中級)リスナルケアラーのサポートを受けながら電話相談を受けるまでが目標
- ◆中級 複合的で多岐にわたる相談に対応するため、さまざまな分野の知識を学ぶ
学んだ知識をどのようにケースに活用するか、実践的な研修を行う
修了後、サポートなしで相談を受けるまでが目標
- ◆上級 相談対応のスキルアップを図る
指導者としてのスキルを学ぶ
修了後、初級・中級リスナルケアラーの指導、養成講座の講師を行うことが目標

