

(令和8年1月29日発表)

医と健康&ビジネス講座「自他を尊重するアサーティブ」の開催

◆ アピールポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・「アサーティブ」とは、相手の気持ちを尊重しつつ、自分の意見を率直に表現することです。 ・御幸町図書館の特色である「医と健康」支援サービスと、「ビジネス」支援サービスを、<u>初めて関連付けたテーマ</u>での講座です。 ・言いたいことが言えない方や、つい言いすぎてしまう方に向けて、日常生活や職場で役立つアサーティブなコミュニケーションのコツをお伝えします。
◆日 時	令和8年2月24日(火) 14時~16時
◆会 場	御幸町図書館4階(葵区御幸町3-21 ペガサートビル4・5階)
◆内 容	<ul style="list-style-type: none"> ・公認心理師・社会福祉士・産業カウンセラーの資格を持つ、LITALICOワークス静岡第2の高橋美穂(たかはしみほ)氏を講師に迎え、アサーティブなコミュニケーションの方法を学びます。 ・講座後はやさしい気持ちになれる、絵本の読み聞かせを行います。 ・講座関連資料に加え、講師おすすめの資料も展示します。
◆申込方法等	<ul style="list-style-type: none"> ・どなたでも参加できます。(定員先着21名・参加費無料) ・令和8年2月3日(火)9時30分から静岡市立図書館ホームページ内申込フォームにて受付開始します。詳しくは静岡市立図書館ホームページをご覧ください。 https://www.toshokan.city.shizuoka.jp/lib-miyukicho/event/20260112-post_32.html
◆そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・当日は図書館休館日のため、資料の貸出・返却・閲覧・閲覧席の利用など、講座参加以外の利用はできません。ご注意ください。

 別紙資料 無

**ぜひ告知、取材を
お願いします！**



御幸町図書館キャラクター ライトさん

【問合せ】

静岡市立中央図書館
 (御幸町図書館)(葵区御幸町)
 担当：良知・高田
 電話：054-251-1868