

第1回
「伝わる話し方」

令和7年度品川シルバー大学生涯現役実現講座

生涯現役を目指す

シニアのための

コミュニケーション 講座

講師/石亀 美夜子

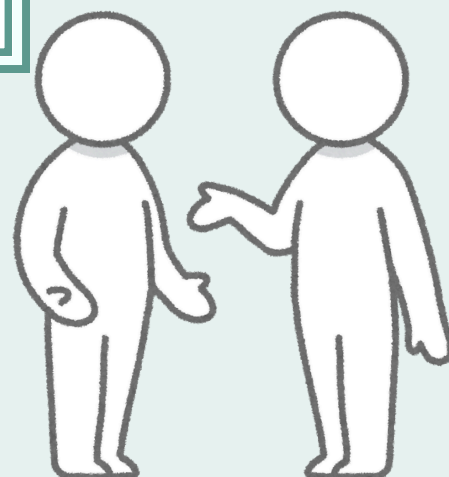
コミュニケーション・アドバイザー

第3回
「怒りのコントロール
を学ぶ」

第2回
「傾聴力を鍛える」

第4回
「お互いを大切に
する会話術」

話したい人がいる、やりたいことがある、出かけたいところがある、等。
周りの人たちと良い人間関係を築き、生涯現役を目指して、いきいきと
暮らすためのコミュニケーション講座です。



開催日 2月12日・19日・26日・3月5日（木）

時間 午後2時～4時

場所 中小企業センター
3階 レクリエーションホール

アクセス 東急大井町線：「下神明」駅 徒歩3分
JR京浜東北線、りんかい線、東急大井町線：
「大井町」駅 徒歩15分



主催 品川区

講義概要

日時	テーマ	内容
2月12日 (木)	伝わる話し方	「話した」だけでは「伝わった」ことにはなりません。 相手が理解して初めて相手とのコミュニケーションが 成立します。 相手に伝わりやすい話し方のポイントを学びましょう。
2月19日 (木)	傾聴力を鍛える	人は、自分の話を良く聴いてくれる人の話は聴きたく なります。 傾聴力を高めて、周りの人と良い関係を作りましょう。
2月26日 (木)	怒りのコントロール を学ぶ	怒りの原因は、他ならぬ、「あなた」かも。 怒りを上手にコントロールする技術を学びましょう。
3月5日 (木)	お互いを大切にする 会話術	あなたは、普段言いたいことを相手にきちんと伝えて いますか。 人間関係がうまく行くコミュニケーションの仕方を見 つけましょう。

募集要項

対象：60歳以上の区内在住・在勤の方30名（抽選）

受講料：1,000円（全4回）

申し込み方法：

往復はがきに①～⑥を明記の上、文化観光戦略課 生涯学習係まで

①講座名（生涯現役実現講座）

②住所

③氏名（ふりがな）

④年齢

⑤電話番号

⑥視覚・聴覚等の配慮希望の有無

電子申請QRはこちら



募集期間：12月21日（日）～1月13日（火）（※必着）

申込・お問い合わせ

品川区文化観光戦略課生涯学習係

〒140-8715

品川区広町2-1-36

TEL：03-5742-6837

FAX：03-5742-6893