



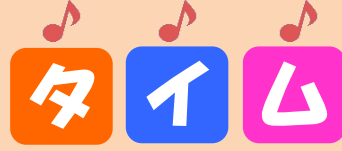
サポステ

地域若者サポートステーション

コミュニケーションセミナー ～もっと気楽に話したい！～

2024
年度

おしゃべり



毎月
1回

人との会話は得意ではないけど、少しは話せるようになりたい。誰かと話がしたい。話が続かない、自分から声をかけにくい、上手く話せているか気にしてしまう、など実は自分の中にある『囚われ』や『思い込み』が会話の邪魔をしていることがあります。おしゃべりタイムでは、毎月テーマを挙げて、雑談も織り交ぜながら簡単なワークを通して、自分の思い込みや囚われに気づき手放していきます。一緒に楽になりましょう。

みんなの話は聴きたいけど、自分が話せるか自信がない・・・という方も大歓迎！聴くことも雑談には大事なスキルです。ぜひ『聴く専』でお越しください。

【日 時】 毎月1回（金曜日）14：00～15：30（開場 13：30）

※都合により変更となる場合があります。

【会 場】 サポステ相談室4

【講 師】 サポステスタッフ 本多 妃子

【定 員】 サポステ登録者 10名（先着順予約制）

【持ち物】 筆記用具 【参加費】 無料



毎月のテーマはこんな感じ（例）

- 話すとき緊張するのは自分だけ？
 - 初対面では何を話せばいいの？
 - 趣味の話で盛り上がりたい！
 - 発見！私の思い込み など
- ※毎月のカレンダーにてご確認ください。

<お申し込み>

えひめ若者サポートステーション いよてつ高島屋南館3階

TEL 089-948-2832 FAX 089-941-5301 MAIL: sp-station@lagoon.ocn.ne.jp

●受付時間 月～土 10：00～18：00（日・祝・年末年始はお休みです）

●サポステ利用は「登録」と「相談員との面談」が必要です。お済みでない方はご相談ください。

※えひめ若者サポートステーションは厚生労働省と愛媛県から委託を受けて 伊予鉄総合企画株式会社 が運営しています。