

# あなたの「自信」につながる講座 強カラインナップ

④  
7/19(水)・7/26(水)  
**傾聴講座**  
＜2日間連続講座＞

⑤  
9/14(木)  
**ハラスメントの知識**

⑥  
10/12(木)  
**コーチング講座**

③  
6/27(火)  
**やさしさを伝える  
コミュニケーション**

②  
5/31(水)  
**発達障害とは**

⑦  
11/23(木)  
**コーチングの  
具体的スキル**

⑧  
12/14(木)  
**アンガーマネジメントとは**

①  
4/25(火)  
**メンタルヘルスに  
ついて**

⑨  
24年2月14日(水)  
**介護過程**

## 2023年度 キャリアアップ講座

アイコンはオンライン (ZOOM) 併用講座

**会場** **オルタナティブ生活館**  
 横浜市港北区新横浜2-8-4

**受講料** **各講座 1,500円**  
 注) 傾聴講座(2日分)は3,000円になります



NPO法人 全員参加による地域未来創造機構は、市民活動を推進する人材育成のための講座・研修のほか、相談・支援、学習会やフォーラムの開催などによって地域の多様な活動をサポートします。

キャリアアップ講座は、地域の活動に参加している方はもとより、これから活動参加を考えている方に向けて、参加を後押しする実践的な講座です。受講された方が知識、スキルを高め、自信をつけるおてつだいをする講座です。

**※詳しいカリキュラム・日程・申込は裏面をご覧ください**

ご興味がある方は  
お気軽にお申込ください

**NPO法人 全員参加による地域未来創造機構**  
 横浜市港北区新横浜2-8-4 3F TEL045-534-7131 FAX045-534-7151  
 E-mail minnano@miraikikou.org



## 2023年度 キャリアアップ講座 カリキュラム

日程	テーマ	内容	募集人数	講師	会場
① 4月25日(火) 10:00～12:00	<b>メンタルヘルスについて</b>	ストレスなどが原因で無意識のうちに自分自身がコントロールできなくなってしまう状態、いわゆる「メンタルヘルス不調」をどうしたら予防できるか。また不調になった場合のケアについてお話を伺います。	60	佐藤幸江氏 特定非営利活動法人 横浜メンタルサービスネット ワーク理事	オルタナティブ生活館 まなびや
② 5月31日(水) 10:00～12:00	<b>発達障害とは</b>	発達障害とはどのような特性があるのか。またどのようなことに配慮すべきかを学習します。そして発達障害の方々との接し方について学び、その方々によりそう支援とは何かを考える機会とします。	60	桜井美佳氏 横浜市発達障害者支援センター センター長	オルタナティブ生活館 オルタリアン
③ 6月27日(火) 10:00～12:00 会場参加のみ	<b>やさしさを伝えるコミュニケーション</b>	言葉に頼らず五感を高め、身体を通して利用者と話ができるか。介護におけるコミュニケーションの基本を学びます。本講座は、介護従事者のみならず保育従事者、福祉に携わる方々に向けた内容となっています。	30	松沢明彦氏 ヒューマンサポート湘南 院長 福祉クラブ生協 顧問	オルタナティブ生活館 とびはね 会場参加のみ
④ 7月19日(水) 7月26日(水) 10:00～12:00 2日間連続講座 会場参加のみ	<b>傾聴講座</b>	家族や周りの方とのコミュニケーション、仕事、対人支援に役立つ傾聴の姿勢や技法を学びます。コミュニケーション力を高めるために日常生活における人間関係や仕事上の対人関係におけるコミュニケーション力の改善を「傾聴」の理論をもとに実習形式で身につけます。	30	松尾隆義氏 NPO法人パートナー シップアンドリスニング アソシエーション代表	オルタナティブ生活館 まなびや 会場参加のみ
⑤ 9月14日(木) 10:00～12:00	<b>ハラスメントの知識</b>	ハラスメントとは、嫌がらせや迷惑行為を指します。人格否定につながるような言動をしたり、相手に不快感を与えることで尊厳を傷つけたりすることを意味します。今回はハラスメントの定義や種類を学びます。	60	繁里弘喜氏 多摩大学院 医療・介護 ソリューション研究所 福祉・介護経営アドバイザ	オルタナティブ生活館 まなびや
⑥ 10月12日(木) 10:00～12:00	<b>コーチング講座</b>	コーチングは、「パフォーマンス(成果、業績、人生・家庭・仕事の充実度等)を向上させるために対象者を勇気づけ、質問によって気づきを引き出し、本人の自発的行動を促進させるコミュニケーション技術」だとされています。コーチングの概要を伺います。	60	繁里弘喜氏 多摩大学院 医療・介護 ソリューション研究所 福祉・介護経営アドバイザ	オルタナティブ生活館 まなびや
⑦ 11月23日(木) 10:00～12:00	<b>コーチングの具体的なスキル</b>	コーチング講座では、コミュニケーションは単なる意思疎通ではなく、目的を持った意識的な活動であるとして、組織の目的達成に導く技術であると学びました。さらに本講座によって、実際の現場においての具体的なコミュニケーションスキルを学びます。	60	繁里弘喜氏 多摩大学院 医療・介護 ソリューション研究所 福祉・介護経営アドバイザ	オルタナティブ生活館 まなびや
⑧ 12月14日(木) 10:00～12:00	<b>アンガーマネジメントとは</b>	アンガーマネジメントは、怒りの感情と上手に付き合うための心理教育または心理トレーニングのことです。“怒り=良くない感情”と捉えてしまいがちですが、怒りには建設的な面があります。このアンガーマネジメントを一つのスキルとして身につける機会とします。	60	繁里弘喜氏 多摩大学院 医療・介護 ソリューション研究所 福祉・介護経営アドバイザ	オルタナティブ生活館 まなびや
⑨ 24年2月14日(水) 10:00～12:00	<b>介護過程</b>	介護過程は、科学的根拠や専門性に基づく介護サービスを提供するためのプロセス・考え方です。介護過程の展開の仕方について学び、介護に関する専門性を高める機会とします。	60	八木裕子氏 東洋大学 ライフデザイン 学部 生活支援学科	オルタナティブ生活館 まなびや

**申込締切:各講座開催日の1週間前**

キャリアアップ講座受講申込書

未来機構行き FAX:045-534-7151

E-mail minnano@miraikikou.org

氏名					/ 会員団体の方は 団体名
住所(自宅)					
電話					FAX(自宅)
E-mail	@				資料をお送りする場合があります。 PCメールのアドレスをお書きください
オンライン参加の方は チェック	<input type="checkbox"/> ZOOMによるオンライン参加を希望します				※③と④はありません
申込コース	①メンタル	②発達障害	③やさしさ	④傾聴(2日連続)	⑤ハラスメント
○をつけてください	⑥コーチ講座	⑦コーチ具体的	⑧アンガー	⑨介護過程	

※ 申込を受付次第、メールまたはFAX等で返信いたします。  
※ ご記入いただきました個人情報はキャリアアップ講座以外の目的には使用いたしません。

未来機構のホームページ「講座研修」  
のページからでも申込できます ⇒⇒

