



～性別にかかわらず個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」をめざして～

イーブルなごや 令和 7年度主催講座

一般

託児付

やさしい アサーティブコミュニケーション ～自分も相手も大事にする伝え方～

職場や家庭などで伝え方に悩んだことはありませんか？自分の反応のタイプを知り、自分も相手も尊重する方法を学びます。言いにくいことを上手に伝えたい時、お互いを大事にする伝え方を、小さな一歩から楽しく体験して日常に生かしてみませんか？



7/28(月)・29(火) 13:30～16:00 全2回

7/28
月

アサーション はじめの一歩
～自分を知る～

7/29
火

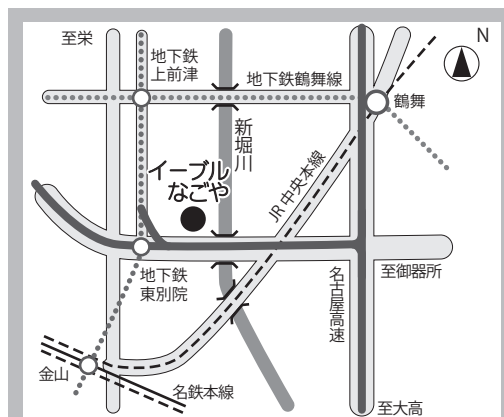
アサーティブな聴き方と伝え方に
トライしてみよう

講師 コミュニケーションハウス 坂倉 裕子

会場 イーブルなごや第4集会室

定員 24人 受講料 2,000円 託児 20人・80円

※都合により講座の中止及び日程・内容・講師等が変更になる場合があります。
※傷害保険等の設定をしておりません。必要な方は各自でご加入ください。
※発熱などの症状がある方、体調不良の方は受講をご遠慮ください。



- 地下鉄 名城線「東別院」下車1番出口から東へ徒歩3分
- 市バス 金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前

申込方法 裏面 申込方法①を参照ください

講座番号 T-3



イーブルなごや (名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館) 〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号
TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458 ホームページ: <https://e-able-nagoya.jp/>

イーブルなごや 令和7年度 前期講座

4/21（月）申込締切の主催講座		
J-1	昭和100年！メディアは女性をどう映してきたか ～歴史とこれから～	5月16日～6月6日（金）10:00～12:00（4回）
J-2	こころのメール ～障がいのある女性とともに～	5月21日～6月18日（水）10:00～12:00（5回） 第4回は10:30～12:00
J-3	【名古屋市立大学連携】これからも健康であるためのヒントを知る	5月27日～6月20日（火金）10:30～12:00（4回）
T-1	映画「草間彌生∞INFINITY」～女性が国際的に芸術の世界で生きること～	6月18日・6月25日（水）14:00～15:50（2回）
T-2	女性起業家ビジネスサロン＜第12期＞	7月5日～8月2日（土）13:30～16:00（5回）
J-4	学びたい女性学 ～お金にまつわる女性の話～	7月7日～8月18日（月）10:00～12:00（5回） 第1回は10:30～12:00
J-5	学ぶ防災 ～女性の力を生かすとき～	7月22日～8月26日（火）10:00～12:00（5回） 第1回は10:30～12:00
T-3	やさしいアサーティブコミュニケーション ～自分も相手も大事にする伝え方～	7月28日・7月29日（月火）13:30～16:00（2回）
T-4	知っておきたい！思春期の子どもの向き合い方	7月30日～8月27日（水）14:00～16:00（4回）

7/8（火）申込締切の主催講座		
T-5	父と子で楽しく絵本ライブ＆パパの座談会～素敵な瞬間（いま）をプロの写真で残しましょう～	8月23日・9月13日（土）10:30～12:00（2回）
T-6	ICT分野の基礎的な知識を学んでみよう～コンピュータ、ネットワーク、セキュリティ～	8月27日～9月24日（水）19:00～20:30（5回）
J-6	難聴者等支援ボランティア養成講座 1	9月3日～9月24日（水）10:00～12:00（4回）
J-7	託児ボランティア養成講座 1	9月5日～9月26日（金）10:00～12:00（4回）
T-7	生かす防災 ～多様な視点を生かす備えと避難所運営～	9月16日・9月30日（火）10:00～12:00（2回）
K-1	職場復帰準備セミナー 1 ～子どものいる日常と私のキャリアデザイン～	9月22日・9月29日（月）10:00～12:00（2回）

5/20（火）申込締切の特別講演会のご案内（整理券配布のため事前申し込み必要）		
E-2	社会が育てる「女らしさ・男らしさ」から自由になるためのレッスン	6月14日（土）14:00～15:30（1回）



●往復はがき（または封書）、窓口、インターネット（<https://e-able-nagoya.jp/>） いずれかで申し込みください。

複数の講座に申し込みいただけますが、1講座につき1人1回のみ有効。

※封書での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、同封してください。

※窓口での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、持参してください。

※往復はがき（または封書）と窓口での申込は締切日必着、インターネットでの申込は、締切日の17:30まで受け付けます。

【往復はがき 往信面記載事項】 ①希望講座名（講座番号） ②〒住所 ③お名前（ふりがな） ④年代 ⑤電話番号 ⑥子どもの名前・生年月日（託児希望者のみ）
⑦必要なサポート（手話通訳、要約筆記、資料の点訳、資料の拡大、車いすのご用意などが必要な方のみ記入）

※申込締切後、定員に満たない講座は、電話（052-331-5288）、窓口、インターネット（<https://e-able-nagoya.jp/>）で受け付けます。

市民交流事業講座・企業向け研修のご案内（事前申し込み必要・先着順受け付け）		
L-1	動画を見ながら、みんなでアンコンシャス・バイアスについて語ろう	6月6日（金）14:00～16:00（1回）
R-1	マンガで考える！ハラスメントにならない指導・コミュニケーション	7月23日（水）18:30～20:30（1回）



●電話（052-331-5288）、窓口、インターネット（<https://e-able-nagoya.jp/>） いずれかで申し込みください。

※託児の申し込みは開催日1週間前（締切日当日は17:00）までです。

公開講座（事前申し込み不要、当日先着順受け付け）		
E-1	【名古屋市美術館共催】珠玉の東京富士美術館コレクションと女性 ～西洋絵画の400年～	5月11日（日）10:30～12:00（1回）
E-3	どうなっていく？年取の壁 ～女性の社会進出とのかかわりを考える～	7月7日（月）10:30～12:00（1回）
E-4	災害とジェンダー ～過去の災害から学ぶ女性の参画～	7月22日（火）10:30～12:00（1回）
E-5	オリンピック報道と女性	8月1日（金）10:30～12:00（1回）
E-6	源氏物語の女性たちの生き方	9月27日（土）10:30～12:00（1回）

●詳細は、「イーブルなごや 講座のご案内 令和7年度前期」またはホームページ（<https://e-able-nagoya.jp/>）をご覧ください。

※託児の申し込みは開催日1週間前（締切日は17:00）までです。



イーブルなごや（名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館）

住所：〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号 電話番号：052-331-5288 FAX番号：052-322-9458

開館時間：9:00～21:00（日・祝休日は9:00～17:00） 休館日：毎月第3木曜日、年末年始（12/29～1/3）

アクセス：【地下鉄名城線】「東別院」下車1番出口から東へ徒歩3分 【市バス】金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前