

開催報告

あかし女性応援ねっと

2026年度 会員総会・セミナー



■2026年7月5日(日)

■あかし保健所1階 多目的ホール

会員総会

13:00～ 2026年度 会員総会

セミナー

13:30～ アサーティブ
コミュニケーション
実践講座

16:00 閉会

■参加者 会員総会 25名
セミナー 83名

総合
司会

田邊 美代子
あかし女性応援ねっと 運営委員

会員総会

議長

森 一美
あかし女性応援ねっと 代表

議案審議では、2025年度の事業報告および収支決算について審議し、可決されました。

報告事項では、2026年度の事業計画および収支予算、運営委員の交代、会員の加入状況について報告がありました。

あかし女性応援ねっとは、より多様な方に参加していただきやすい事業を企画するとともに、会員相互の交流や、つながりを一層深める事業を展開していく旨を報告しました。

セミナー

相手も自分も尊重し、
言いづらいことを誠実に伝える

アサーティブ コミュニケーション 実践講座

講師

堀田 美保 さん

近畿大学総合社会学部 教授
アサーティブジャパン認定講師・理事



開会
挨拶

崎野 圭子
あかし女性応援ねっと 代表

市長
挨拶

丸谷 聡子
明石市長

閉会
挨拶

甲谷 智己
あかし女性応援ねっと 副代表

セミナーでは、アサーティブコミュニケーションの基礎を学ぶとともに、自身のコミュニケーションパターンを振り返り、参加者同士で具体的な場面を想定した演習を行いながら、日常のさまざまな場面における伝え方について考えました。

相手を責めるのでも、自分の気持ちを抑えるのでもなく、自分の気持ちや考えを大切にしながら、相手の気持ちを尊重して伝えることの大切さを学びました。

今回の講座を通して、自分と相手の双方を大切にしながら、よりよいコミュニケーションを築くためのヒントを得る機会となりました。



アンケートより

- ・職場でも、家庭でも、コミュニケーションがうまくとれない場面がありましたが、今日帰ってから、明日仕事へ行ってから、少しでも自分の行動を変えてみたいと思いました。
- ・他の方とコミュニケーションを取りながら、コミュニケーションスキルを学ぶことができた。
- ・本気で相手の立場を考えることに気づきがあった。
- ・受け止めることの大切さを感じた。
- ・日常の会話や家族への接し方を見直したい。
- ・職場での心理的安全性の向上に役立てたいです。
- ・大いに具体例が役に立ちました。少しずつ、少しずつ前へ進めそうです。