



～傾聴ボランティア 子育てサポーターさぽっと 傾聴講座～

コミュニケーションにいかす傾聴講座

～心を受け止め、つながいを深める聴き方～

「ちゃんと聴いてもらえた」と感じると、人は安心し、信頼関係が生まれます。

「傾聴」には、あたたかく良好な人間関係を築く力もあります。

「聴く力」で毎日の会話をもっと心地よくしたい方、ぜひお気軽にご参加ください！



こんな方におすすめ！

- ・子育て中で、子どもの気持ちをもっと理解したい
- ・家族や友人、ご近所、職場、普段の生活での会話を円滑にしたい
- ・人と関わる仕事・ボランティアで役立てたい
- ・「話を聴く」ことに関心がある

日程・部屋	タイトル	概要
第1回 11/17(月) 201 会議室 (保育：和室1)	傾聴ってなあに？	・さぽっと寸劇 ・「聞く」と「聴く」の違い ・コミュニケーション上手な人がやっている〇〇！
第2回 11/26(水) 101 会議室 (保育：和室1)	傾聴による心の変化	・傾聴の3条件（受容、共感、自己一致）
第3回 12/4(木) 101 会議室 (保育：和室2)	鏡になる	・ミラーリング 鏡になるとは ・話すは放つ ・振り返り

【会場】生涯学習交流センター

※都合により内容が一部変更となる場合があります

【時間】各回 10:00～12:00 (9:45 受付及び保育受付開始)

【講師】傾聴ボランティア 子育てサポーターさぽっと

【対象】傾聴に興味ある方、さぽっとの活動に関心ある方

【参加費】無料

【定員】先着25名

【保育定員】先着10名

※月齢（6ヶ月以上。6ヶ月未満のお子さんは同室参加可能です）

【申込期限】各回1週間前まで（定員になり次第締切）

【申込】申込フォーム

QRで申込出来ない場合は電話、もしくは窓口で氏名・住所・電話番号・保育の有無

保育希望の場合は、月齢、お子さんの名前をお伝えください。

【問合せ先】君津市生涯学習交流センター（君津中央公民館）TEL：0439-50-3980

【主催】君津市生涯学習交流センター

【運営】傾聴ボランティア 子育てサポーターさぽっと



申込QRコード



※裏面あり





「さぽっと」と一緒に活動しよう！

さぽっとは、研修で自己研鑽をしながら、おしゃべり広場や傾聴講座を開催しています。また、こっこる一むにお邪魔して楽しいイベントを開催したり、家庭教育学級にお邪魔して仲間づくりのお手伝いをさせてもらっています。

さぽっとの活動に興味のある方、お気軽にメンバーにお声かけください。

さぽっと活動紹介

私たち「さぽっと」は、自分を知り、相手を理解する学びと活動が続ける「傾聴ボランティア」です。子育てに疑問や悩みを抱えている方々が、安心してその思いを語ることでできる身近な聞き役として、君津市生涯学習交流センターを拠点に、君津市全域で活動しています。



現在の主な活動は、「おしゃべり広場」（子育て支援交流会）、「お楽しみイベント」（こっこる一む利用者の皆さん向け）、「おでかけさぽっと」（公民館などへの派遣活動）、「広報活動」などです。

平成27年度より開催している「傾聴講座」は、幅広い世代の方々に参加いただいています。

お子さん連れの方のために、保育を実施します。

君津市の保育研修を受けた保育協力者が、お子さんをお預かりします。

おやつ1回分・飲み物・替えおむつ等をまとめて1つの袋やバッグ等に入れて、保育受付でお子さんと一緒に預けてください。（持ち物には必ず名前を書いてきてください）

