



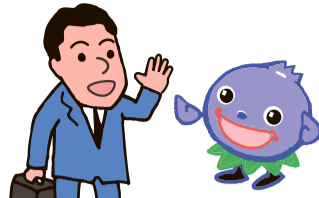
令和元年(2019年)

6/5

第1488号

市報

こだいら



ふるべー



市民税・都民税(住民税)
 税額決定・納税通知書を発送……………2面
 第30回記念 ホタルの夕べ……………7面
 6月27日(木)小平夏野菜カレーの日…8面



相手を知って 心地よい関係を

ふだんの生活の中で、私たちは当たり前のように自分の意思を相手に伝えています。しかし、自分では当たり前のことだと思っ
 ても、実は相手に不快な思いをさせているかもしれません。
 人間関係をより良くするための方法を考えてみませんか。

人間関係はお互いを知ることから

人と話をする時は、自分の気持ちや考え方を相手に伝えて、自分のことを知ってもらいます。また、相手の話を聞いて、気持ちや考え方を理解します。

このように、どう感じているか、どう考えているかをお互いを知ることが、人間関係の第一歩となります。

この時に欠かせないのが、相手を尊重する姿勢です。自分のことを知ってもらうと同時に、相手の話に耳を傾けることで、自分とは違う感じ方や考え方を知り、広い視野を持つことができます。

立場や違いを知る

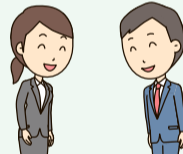
社会では、上司と部下など、役割によるさまざまな立場の違いがあります。また、性別による違いもあります。相手を知り、相手のことを考えて行動すると、不快な思いをさせたり嫌がらせに受け取られてしまうことを防ぐことができます。



より良いコミュニケーションのこつは、相手目線であること。そして、自ら相手に心を開くこと。ちょっとしたこつを実践するか、しないかで、仕事も生活も大きく変わります。今よりもっと日常を輝かせてみませんか。

講演会講師 松原奈緒美さん

相手とうまくつきあうこつ



あいさつで心を開く

あいさつは人間関係を築く基本です。自分から笑顔で、はきはきと気持ちの良いあいさつをすれば、相手が心を開くきっかけになります。

意見交換は対等な立場で

対等な立場でのコミュニケーションは、相手の目線に立つことから始めましょう。



相手の良さを知ろう

相手の印象や一部の言動だけで、相手をどうい
 う人が決め付けるのではなく、できるだけ相手の良
 い面を見つけるようにしましょう。

その言葉、その態度、相手はどう思うかな

相手に一方的な先入観を持って接したり、相手の弱いところにつけこむような言動をするなどの悪いコミュニケーションは、嫌がらせやいじめといったハラスメントにあたることもあり、相手に不快感を与えるだけでなく、相手の心身に悪い影響を与えることもあります。自分の言動を相手はどう感じるか、想像力を働かせることが大切です。



講演会 仕事も生活も10倍楽しくなるコミュニケーション術 実は身近なハラスメント

マナー・コミュニケーションの専門家として、企業や学校、イベント、講演などで講師として活動し、テレビ出演、雑誌監修などでも活躍している松原奈緒美さんが、仕事も生活も10倍楽しくなるコミュニケーション術について話します。ハラスメントを未然に防ぎ、良好な人間関係を築くための方法を考えてみませんか。

とき 6月22日(土) 午前10時30分～11時45分
 10時開場

ところ 中央公民館ホール 定員 130人

※保育あります(1歳から就学前まで。申込み先へ(先着順))。

主催 男女共同参画週間講演会実行委員会、小平市

申込み 市民協働・男女参画推進課へ(電話・ファクシミリ・電子メール可、先着順) ☎042(346)9618、FAX042(346)9575、✉kyodo-danjo@city.kodaira.lg.jp

6月23日(日)～29日(土) 男女共同参画週間

みなさんが性別などの違いに関わらず、個性と能力を發揮して活躍できる社会を考える週間です。

今年は、身近な人との関係から考えてみませんか。



男女共同参画週間
 小平市ホームページ