

2026 鹿児島ガールズカンファレンス

アサーティブコミュニケーション研修

アサーティブコミュニケーションとは…
相手を尊重しながら自分の意見や要望を
伝えるコミュニケーションスキルのひとつです。

募集対象
女子高校生



参加費
無料

募集人数
20名
程度

会場 プラザN
鹿児島市武1-4-2

10/25 日 9:00 ~ 13:40

■研修内容（講義・ワークショップ）

- ①アサーティブコミュニケーションとは
- ②アサーティブコミュニケーションが必要な理由
- ③あなたのコミュニケーションタイプは？
- ④自己表現の3つのスタイル
- ⑤ケーススタディ
- ⑥アサーティブコミュニケーション大切な4つの柱

■スケジュール

- 9:00 ~ 9:30 開場・受付
9:30 ~ 9:45 開会式
9:45 ~ 11:45 講義・ワークショップ
11:45 ~ 12:00 休憩・会場移動
12:00 ~ 13:20 ランチ交流・閉会式
13:20 ~ 13:40 アンケート記入・写真撮影



講師 鹿児島銀行人事部参事
中村啓子

■プロフィール

（元 鹿児島市女性活躍アドバイザー）
鹿児島銀行に入学して49年。女性管理職の草分け的存在として活躍中。
県内各地でセミナー講師として幅広い世代に自身の経験を伝えている。

申込締切

10/16
(金)

■申込方法

メールに学校名、学年、名前を書いて申し込み
メールアドレス：sikagogi2026@gmail.com
担当者：中村啓子（国際ソロプチミスト鹿児島）

主催：国際ソロプチミスト鹿児島

後援：鹿児島県・鹿児島市・鹿児島県教育委員会・鹿児島市教育委員会