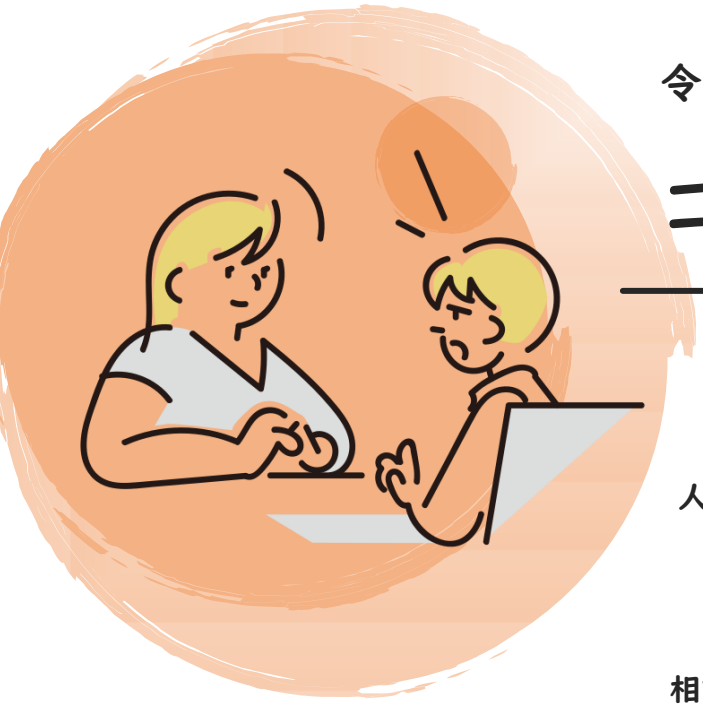


令和8年度　生活応援セミナー　第6回

コミュニケーションⅡ

何か分からないことがある時に、
相手に遠慮して聞けなかったり、
人に相談できずに1人で抱え込んでしまったり…
という経験はありませんか？

日常生活の中では
自分1人でできないことも、たくさんあります
相談したい時、手伝ってもらいたいことがある時は
「人に相談する、頼る」ことが大切です。

今回のセミナーでは、「人に相談する、頼る」ことを
テーマにして、相談する方法を学んだり、
具体的な場面での対応方法について一緒に考えます。

- ☑相談する、頼るが苦手な理由
- ☑相談する時のステップを知る
- ☑具体的な場面で考えてみる

日時

11/17（火）
15:00～16:00
申込開始 10/8　締切 11/10

対象者

- ☐発達障害の診断がある方
  （手帳の有無は問いません）
- ☐広島市内に在住の方
- ☐15歳以上の方
- ☐グループワークのルールが守れる方

定員

12名

＊申し込み多数の場合は抽選になります。
参加できない場合のみ、電話連絡させていただきます

参加費

無料

**お申込み
お問合せ
（セミナー会場）**

広島市発達障害者支援センター
☎ 082-568-7328
受付時間：月～金（祝日を除く）8:30～17:00
広島市東区光町二丁目15-55

参加される方は、裏面の感染症対策への同意と協力をお願いします

感染症対策について

当日、健康チェックへのご協力をお願いしております。
参加されるご本人や同行者の方に以下の症状がひとつでも見られる場合、
参加をお控えいただいております。

□体温が37.5度以上ある（もしくは平熱より1度以上高い）
□風邪症状や発熱時は、発症から丸5日経過していない、
かつ解熱後丸2日経過していない
□風邪症状（咳・のどの痛み）がある
□強いだるさや息苦しさがある
□腹部症状（吐き気・嘔吐・下痢便）がある

●開催日当日は、マスクの着用をお願いします。
（特性や体質で着用が困難な場合はご相談ください）
●会場入室前に、手指消毒へのご協力をお願いします。

なお、上記以外のことで健康や体調に不安のある場合はご相談ください。
（持病のある方や妊婦など）

みなさまが、安心・安全に参加できるよう、
ご理解・ご協力いただき、ありがとうございます

広島市発達障害者支援センター

〒732-0052
広島市東区光町二丁目15-55
☎ 082-568-7328