



さんかくウイーク2026公民館行事 主催:岡山市立藤田公民館・岡山市
岡山市男女共同参画推進週間(6/21~6/27)

リアルな コミュニケーション力 を身に付けるために



パソコンやスマホがあれば、なんでもできてしまう社会。買い物や契約はもちろん、申請や手続き、税金など公共料金の支払いまで。逆に、出向いて何かしようと思うと、混んでいたりして時間や手間がかかったりしてしまう。

こんな時代だからこそ、人とのかかわりがとても大切。私たち大人でさえ、今まで当たり前のようにとっていたコミュニケーションの機会さえ少なくなっています。自然に身についていた気持ちの受け止め方、表し方、感情のコントロールなどについて学び直してみませんか。

今回は、フリーアナウンサーでアンガーマネジメントファシリテーターでもある、中村恵美先生をお招きして講座を開催します。老いも若きも、老若男女問わず、ぜひご参加ください。

日時 令和8年6月20日(土) 午後1時30分から午後3時30まで

講師 中村 恵美 さん

(フリーアナウンサー、(一社)日本アンガーマネジメント協会認定 アンガーマネジメント
ファシリテーター・アンガーマネジメントキッズインストラクター)

定員 先着20人

参加費 無料

場所 藤田公民館2階 第1・2講座室、研修室

申込み 藤田公民館へ電話または窓口までお申し込みください。



さんかくウイーク2026では、市民の皆さんに「住みよいまち、住みたいまち」の創造を目的として男女共同参画への理解を深めていただくため、推進週間の前後1週間を含めた期間に、さまざまなイベントを行います。

■申し込み、問い合わせ先

岡山市立藤田公民館

岡山市南区藤田508番地 TEL(086)296-2185

E-mail:fujitakouminkan@city.okayama.jp

お申し込みの際にいただいた個人情報、この講座のみに利用し、他の目的には利用しません。

暴風警報、特別警報が発令された場合は、通常業務を停止します。

《休館日》水曜日、祝日、年末年始 ※ 祝日と水曜日が重なった場合、翌木曜日は休館

《開館時間》午前9時30分~午後9時(日曜日は、午前9時30分~午後5時)