



# 明日の仕事が少しラクになる！ 働く女性のためのコミュニケーション力 & 雑談力アップセミナー

【開催日・場所】

令和8年3月4日(水)東温市中央公民館

講師：**木曾千草**さん（能力開発システム研究所 代表）

コミュニケーションを取りやすくするには、話しかけやすい雰囲気をも自分から作ることが大事で、言葉（言語情報）だけでなく声の大きさやトーン（聴覚情報）、態度や表情（視覚情報）が一致している事が印象形成の大切な要素になります。また会話では、頷きや相槌、バックトラッキング（相手の言葉を繰り返す）をうまく用いることで、相手の伝えたいことを「認識した」「もっと聴きたい」というメッセージになり、話を深めるきっかけになります。

さらにコミュニケーションの基本として身に付けたい“雑談力”にも触れ、効果的なリアクション、質問の仕方などポイントを教えて頂きました。講師は、「挨拶や会話の仕方を工夫することで職場全体の円滑な人間関係につながる。」と、普段のコミュニケーションを意識する重要性を強調され、参加者は具体性のあるワークに積極的に取り組んでいました。

