

コミュニケーションの決め手は言葉の選び方!

「心を掴む言葉の 言い換え術」

オンデマンド
配信期間
2025年

7/23_水~7/30_水

何気なく使っている言葉には「温度感」があることを認識されていますか?同じことを伝えようとしても、「あたたかい言葉」「冷たい言葉」、咄嗟にどちらをチョイスするかで、人と人との関わりが変わってきます。家庭や職場、友人間で、なぜか関係性がギクシャクしてしまう時、それは、女性ならではの揺らぎやストレスによって、あたたかい言葉をチョイスできなかったことが原因にあるかもしれません。心と体を穏やかに保つストレスマネジメントを交えながら、いつどんな時でも相手に喜ばれる言葉を選択できるよう、一緒に実践しながら、コミュニケーション力を高めていきましょう!

学べる
ポイント
1

心地よい言葉を使い
たくなる
理由

学べる
ポイント
2

言葉の
エクササイズ
3つの方法

学べる
ポイント
3

人間関係が
好転する!
ワンランク上の
言葉の使い方



講師 白石 マキ

国家資格キャリアコンサルタント ストレスケアカウンセラー

大学卒業後、医療コンサルティング会社の営業を経て司会業に従事。2015年より民間資格のストレスケアカウンセラーを取得し、カウンセリング業務に従事。ストレスケアを中心とした母子支援NPO法人の立上げと運営に携わった後、2019年にキャリアコンサルタントを取得。現在、専門学校や短大、職業訓練校において就職支援、自己分析、面接指導など、就職対策講義を担当。また企業研修、医療機関での定期キャリア相談やマナー研修など、学生から社会人まで、コミュニケーション分野での講座やセミナーを実施している。

参加無料

申込期間 2025年6月16日(月)9:00~7月22日(火)12:00まで

※このセミナーへお申込みいただくためには、東京しごとセンター多摩への利用登録が必要になります。

対象者 これから働きたいと考えている女性

定員 30名程度(先着予約制)

申込方法 東京しごとセンター多摩 女性しごと応援テラス多摩
ホームページのトピックスよりオンラインセミナーのページ
(<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>)
または、右のQRコードより申込フォームへアクセスしてください。

※このセミナーは東京しごとセンター多摩のオンライン利用規約とプライバシーポリシーに同意した方のみ参加できます。

視聴方法 申込時のメールアドレスに視聴用URLをお送りします。

6月16日(月)
より受付開始



東京しごとセンター多摩

女性しごと応援テラス多摩

〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設3階

お問い合わせ

TEL: 042-529-9003

平日 午前9時~午後8時 土曜 午前9時~午後5時 ※日曜、祝日及び年末年始休業

しごとたま テラス

検索

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>

■災害等やむを得ない事情で中止・延期となる場合東京しごとセンター多摩ホームページ等でお知らせいたします。

【個人情報の取扱いについて】

利用登録時にご提供いただいた個人情報は、東京しごとセンター(多摩含む。)及び東京都が行う就業支援サービス事業及びその付随サービス実施のため必要な範囲(事業実施にあたって行う各種事務処理、各種お問合せやご意見への確認・回答、アンケート調査依頼、希望者への各種お知らせの案内)で利用いたします。詳細は、東京しごとセンター多摩のプライバシーポリシー(<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/privacy/>)をご覧ください。

■オンラインセミナー受講の流れ

オンラインセミナーを受講するには東京しごとセンター多摩の登録が必要となります。

東京しごとセンター多摩の
登録がある方

東京しごとセンター多摩を
初めてご利用の方

・女性しごと応援テラス多摩(または東京しごとセンター多摩)へ
直接ご来所いただき、登録をする。

・または、オンライン就業支援

<https://www.tokyoshigoto.jp/online/>にて登録



東京しごとセンター多摩 女性しごと応援テラス多摩の HP
<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>

トピックスまたはイベントカレンダー

受講したいセミナーのページの申込フォームより申込み

登録が確認でき次第、申込み時のメールアドレスに視聴用のURLを記載したメールを
順次お送りいたします。



オンライン オンデマンドセミナー

配信期間中にURLにアクセスしてください

※オンラインセミナーでは利用確認書の発行はしていませんが、雇用保険を受給中の方は、雇用保険求職活動の実績として認められる場合があります。ハローワークへご確認ください。

■女性しごと応援テラス多摩の活用法

利用登録



カウン
セリング

まずはアドバイザーに
相談して就活をはじめよう!



ミニミニ
セミナー

各種就活セミナーが充実!

セミナー・プログラム

- ・女性再就職サポートプログラム
- ・オンラインセミナー

イベントも随時開催!

- ・女性と企業のトークカフェ
- ・女性応援ジョブフェア



情報
コーナー

求人情報の検索や
応募書類の作成に
加え、多摩地域の
保育園情報等も
閲覧できます!

再就職を目指そう!



SNSで情報を配信中。



結婚・出産・育児・介護等から再就職を目指す方
女性しごと応援テラス多摩があなたをサポート!

女性しごと応援テラス
多摩

TEL: 042-529-9003

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>

〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設3階

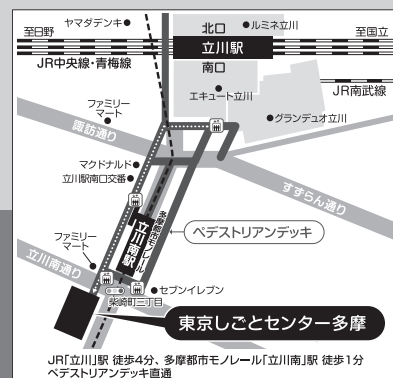
【個人情報の取扱いについて】

利用登録時にご提供いただいた個人情報は、東京しごとセンター(多摩含む。)及び東京都が行う就業支援サービス事業及びその付随サービス実施のため必要な範囲(事業実施にあたって行う各種事務処理、各種お問合せやご意見への確認・回答、アンケート調査依頼、希望者への各種お知らせの案内)で利用いたします。詳細は、東京しごとセンター多摩のプライバシーポリシー(<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/privacy/>)をご覧ください。

しごたま テラス

検索

平日 午前9時～午後8時
土曜 午前9時～午後5時
※日曜、祝日及び年末年始休業



公共交通機関をご利用の上、ご来場ください。