

江南区男女共同参画地域推進員企画事業

コミュニケーションについて考える

座談会を行いました

☎地域総務課(☎025-382-4619)

日常生活の中で、「〇〇してほしい」「〇〇したい」といった自分の思いを相手に伝えることは大切ですが、難しさを感じる場面も多いのではないのでしょうか。3月27日に、男女共同参画地域推進員が、自分の思いを相手に伝えるためのコツについて学び、考えました。



関 久美子先生
(新潟青陵大学短期大学部 人間総合学科)

コミュニケーションは、ただ話すだけではなく、**お互いの関係や状況の中で意味を共有していくもの**です。同じ言葉でも受け取り方は人それぞれなので、「**どう伝わるか」「自分はどう受け取っているか**」を意識することが大切です。相手を変えることは難しくても、自分の伝え方を少し工夫することで、やりとりや関係が変わっていくこともあります。

座談会の様子

関先生、指田祐美さん(アドバイザー)、田口優香里さん、田村智江さん、山口智紀さん(江南区男女共同参画地域推進員)の5人で話しました。



我が家では配偶者が洗濯を担当していますが、香りの強い洗剤を使っていたことがあります。私は少し苦手でも、やってみてはいる手前、言いづらくて。

分かります。「やってみてはいる」と思うと遠慮してしまいますよね。

でも、夫婦は対等な関係ですし、思っていることは伝えていいと思いますよ。

例えば「なんでこの洗剤なの?」と聞いてみると良いかもしれませんね。相手の想いを探ることが会話のきっかけになると思います。

「ここまでやってほしい」という認識の違いもありますよね。話してみないと分からないことって多いですね。

「相手も分かっている」という思い込みはすれ違いにつながる可能性がありますね。

夫婦といえど人と人。日々の暮らしの中で、お互いの想いをすり合わせるコミュニケーション、大事ですね。その時の伝え方ひとつで、伝わりやすさ・受け取りやすさが変わりますね。

今日からできる! 伝え方のポイント

アサーティブ コミュニケーション	【メッセージ】	アクティブ リスニング
自分の気持ちも大切にしながら、相手も尊重する姿勢	「あなたが悪い」ではなく、「私はこう感じた」と伝える	まずは肯定的な気持ちで聞く
例 なんで割り込みするんだ!	例 全然協力してくれないよね。	「その人と同じ立場だったら」と考えながら聞く
↓ 並ぶならこちらからどうぞ。	↓ 私、あなたに協力してほしい。	



健康・福祉に関するお知らせ

献血にご協力ください

- ☎①5月9日(土) 9時半~正午、13時半~16時
- ②5月23日(土) 10時~正午、13時半~16時
- ☎①イオンモール新潟亀田インター(下早通柳田1)
- ②アピタパワー新潟亀田店(鶴ノ子4)
- ☎献血力カード(初めての人は運転免許証

などの身分証明書)
☎健康福祉課 健康増進係
(☎025-382-4340)

保健師・栄養士による健康相談

- ☎5月25日(月) ①13時20分 ②14時10分 ③15時
- ☎亀田健康センター
- ☎健康福祉課 地域保健福祉担当
(☎025-382-4138)



国の仕事に関する困りごとは、行政相談委員へ

総務大臣から委嘱された行政相談委員が、相談に応じます。相談は無料で、秘密は固く守られます。※祝日を除く

会場	開催日	時間
亀田地区コミュニティセンター	偶数月第1木曜日	10:00~11:30
横越出張所	偶数月第1水曜日	14:00~15:30
曾野木連絡所	奇数月第2金曜日	10:00~11:30

☎区民生活課 区民窓口係(☎025-382-4203)



ご利用ください 亀田駅直結「亀田行政サービスコーナー」

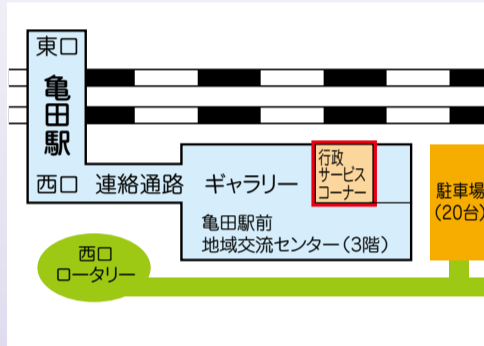
亀田駅前地域交流センター3階にある同コーナーでは、住民票や印鑑登録証明書など各種証明書の発行を行っています。

取り扱っている主な証明書	取扱時間
住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、市・県民税課税(所得)証明書	9:00~19:00
戸籍謄本・抄本、戸籍の附票の写し	9:00~17:30

※土日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)を除く



☎同コーナー(☎025-381-1200)



まちなか回遊レンタサイクル ぶらっとサイクル

放置自転車を整備した無料レンタサイクルを使っておでかけしませんか?

☎9時~21時(当日21時まで返却)

※第2火曜日・年末年始を除く

☎亀田駅前地域交流センター

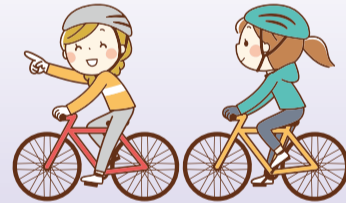
☎高校生以上

☎身分証明書

☎同センター(☎025-382-0321)



詳細はこちら



子育てに関するお知らせ

離乳食講習会

☎亀田健康センター

☎バスタオル(乳児連れの場合)、母子健康手帳

☎5月13日(水)までに

ホームページ=右=

より申し込み

☎健康福祉課 健康増進係

(☎025-382-4316)

●はじめての離乳食講習会

離乳食の進め方、情報交換、試食

☎5月15日(金) 13時半~14時50分

(受付:13時15分から)

☎生後5か月頃の赤ちゃんの保育者

先着15人

●ステップ離乳食講習会

離乳食の進め方、グループワーク、試食

☎5月15日(金) 10時~11時20分

(受付:9時45分から)

☎生後6か月以降で、2回食・3回食に進もうとしている赤ちゃんの保育者

先着15人

安産教室

①妊娠中の過ごし方、食生活、歯のお話

②沐浴体験、赤ちゃんとの生活についてなど

☎①5月12日 ②6月2日(火) ※全2回

13時半から2時間程度

(受付:13時15分から)

☎亀田健康センター

☎区内在住で令和8年8月~10月出産

予定の妊婦(初産の人優先) 先着16人

☎母子健康手帳

☎4月22日(水)から健康福祉課 健康増進係

(☎025-382-4340)へ

育児相談

☎5月19日(火)

①9時半 ②10時 ③10時半

☎亀田健康センター

☎区内在住の乳幼児とその保育者

各回先着15組

☎母子健康手帳、バスタオル

☎4月21日(火)~5月14

日(木)に専用フォーム=

右=より申し込み

各種健診

対象者には順次案内を郵送します。

○股関節検診・母体保護相談

○1歳誕生歯科健診

○1歳6か月児健診

○3歳児健診

☎母子健康手帳

☎健康福祉課 健康増進係

(☎025-382-4340)



江南区心配ごと相談所 来所または電話相談(予約不要) 毎週木曜日(祝日を除く) 13時~16時 場江南区福祉センター 江南区社会福祉協議会【相談専用電話】(☎025・250・7823)