

## 「令和7年度茨城県精神保健協会総会記念講演会」

### ～自己理解とコミュニケーションスキルの向上～

人と円滑にコミュニケーションをとり、良好な人間関係を築く能力がヒューマンスキルです。このスキルには、他者の意見や感情を理解する「共感力」、自分の意思を効果的に伝える「コミュニケーション力」、チームで協働するための「協調性」等が含まれます。わかりやすい口語版の心理分析・エゴグラムなどを活用して、一人ひとりがそれぞれの目標に向って生き生きと生活できるよう、より良い人間関係を築くための人柄の改善が図られ、相手とのコミュニケーション能力向上の向上が期待されることから、那珂ヒューマンスキル研究所の先崎武様に「コミュニケーションスキルの向上について」ご講演をいただきます。

日 時 令和7年12月16日（火）午後1時から15時00分

場 所 茨城県立健康プラザ 3F 大会議室  
茨城県水戸市笠原町993-2 電話 029-243-4171

参加費 無 料

#### プログラム

12:45	開 場
13:00	挨 捶
13:10 ~ 14:40	「自己理解とコミュニケーションスキルの向上」 那珂ヒューマンスキル研究所 代表 先 崎 武 氏
14:40 ~	質 問

問い合わせ・FAX先 茨城県精神保健協会 TEL・FAX 029-241-3352

E-mail : [ibaraki.mha@globe.ocn.ne.jp](mailto:ibaraki.mha@globe.ocn.ne.jp)