

2023年度 傾聴入門講座

『自分を知って聴く力UP!』

最近「聴く力」が話題になっています。家族や友達との会話が苦手だと思っている方「聞き上手」を目指してみませんか？あなたの人間関係がちょっと変化するかもしれません。お気軽にご参加ください。

**日程** 5月 17日・24日・31日  
6月 7日・21日・28日  
7月 5日・19日・26日  
8月 2日

**時間** 9:30～11:30（受付9:15～）

**場所** 千葉市民会館 千葉市中央区要町1-1  
JR千葉駅東口徒歩7分京成千葉駅徒歩10分

**定員** 20名

**参加費** 2万円（全10回）

※欠席をされても返金はできませんのでご了承ください。受講料は初回（5/17）受付で集金をさせていただきます。

**講師** 渡邊晴代 当NPO名誉理事長・カウンセラー  
ぬくもり研修スタッフ

**問合せ** 070-4369-7269：事務局  
090-2313-0035：長岡

2022年度賛助会員のみなさま  
ご支援くださってありがとうございます

隅越 裕子 桑名三枝子 中村 幾子 古橋 博子  
長 明美 蛸島 勝子 古館 京子 越智 薫  
野上 道子 永島 淳一 加藤 輝江 塩谷 礼子  
匿名希望① 上窪 美幸 田本 園子 匿名希望⑦  
清野みよ子 佐藤 洋子 南 光子  
匿名希望② 竹内 方子 森田 洋子 山中 恵子  
青木 薫子 匿名希望③ 森田 秀樹 細川由美子  
林 正子 星野 弘子 高橋めぐみ 岩畑 珠子  
二宮 美鈴 春名 和美 高嶋 紀子 岡本 文子  
渡辺美和子 三輪 照美 横川 和子 堀谷 弘子  
宮崎 良江 山口 康代 鈴木萬里子 二本柳俊恵  
北村 知文 渡辺みや子 三枝留美子 鈴木 則子  
川崎 節子 小濱 滋子 網野由美子 野矢久美子  
井山 淑栄 匿名希望④ 岡野 恭子 小峰 憲子  
山田 雅美 山田 恵子 内田 絹江 水上佳代子  
山田 昭子 嶋田 直美 小田川和恵

3/28日に賛助くださった方のお名前を記載させて頂いております。匿名ご希望の方は受付順に番号をつけさせて頂きました。

(敬称略)

編集後記

ぬくもりでは4月に千葉県内6か所で「自分が好きになる講座」を開催する。自分が好きになるには、自分のありのままを受け入れることが第一歩。自分の中の気に入っているところも、気に入らないところも、それが自分だと認めることは簡単そうだが難しいけれど、そのままを受け止めてくれる仲間がいることが大きな助けになる。ぬくもりの活動の中で感じています。(H・Y)

「NPO法人傾聴グループぬくもりほっとらいん」ではこの会の目的に賛同し経済的支援をしてくださる個人・団体を随時募集しています。

- 団体主催の講座のお知らせ・広報誌等をお届けいたします
- 会費：1口 1,000円（1口以上）  
払い込みをもって受付とさせていただきます
- 振込先 ゆうちょ銀行  
口座記号：00130-8 口座番号：373192  
加入者名：NPO法人傾聴グループ  
ぬくもりほっとらいん



「NPO法人傾聴グループぬくもりほっとらいん」は傾聴を基本にやさしい社会づくりを目的として「電話相談」「学習会」などの活動をしています。

事務局：千葉市若葉区桜木北2-26-30  
TEL：070-4369-7269 FAX：043-214-8397  
ホームページ <http://www.nukumorihotline.org/>

ぬくもりほっとらいん  
インフォメーション

ひとりで **悩** まないで!



どんな話でもしっかり聴きます

NPO法人ぬくもりほっとらいん  
**043-214-8398**

月・火・木・金 祝日もやっていきます 10:00～16:00