

助けられ上手は、お助け上手！

受援力のススメ

「ひとりで頑張らなくちゃ…」

「相手の迷惑になってしまふのでは…」

こんな気持ちで、誰にも頼ることができない人、いませんか？

…実は、人に頼ることは、頼られる人のためにもなるのです。

上手に助けを求めたり受けたりする「受援力」をテーマに、人に頼るコツやメリットなどについて、お話しをいただきます。

とき **10月16日(日)**
14時～16時

講師 **吉田 穂波 氏**
(神奈川県立保健福祉大学大学院
ヘルスイノベーション研究科 教授)



ところ 麻布区民協働スペース または
オンラインツール(Zoom)

定員 50人(会場:30人、Zoom:20人) ※申込順

申し込み 電話、ファックスまたは申し込みフォーム
(<https://forms.gle/Za5sKe5osreuU1a48>)で、
10月7日(金)までに申し込み。



◆問い合わせ・申し込み先◆

社会福祉法人 港区社会福祉協議会 地域福祉係
電話:03-6230-0281 FAX:03-6230-0285
メール:chiiki@minato-cosw.net



お名前	ふりがな	
連絡先	TEL	FAX
メールアドレス (Zoom参加は必須)		
ご希望の受講方法 (○をしてください)	会 場 (麻布区民協働スペース)	Zoomミーティング (オンライン)
申込み理由	よろしければご記入ください	

※申し込み時等にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程に基づき、適切に取り扱い、上記の事業の実施に使用させていただきます。

講師紹介

吉田 穂波氏

(神奈川県立保健福祉大学大学院 ヘルスイノベーション研究科 教授)

産婦人科医師、医学博士、公衆衛生学修士。ドイツとイギリスで産婦人科及び総合診療を学び、3児を連れてハーバード公衆衛生大学院留学。2011年の東日本大震災では妊産婦や新生児の救護に携わる傍ら、受援力の必要性を痛感し、人材育成、政策研究やガイドラインの作成に関わる。著書に、『「時間がない」から、なんでもできる!』(サンマーク出版)、『「つらいのに頼れない」が消える本——受援力を身につける』(株式会社あさ出版)、『社会人に最も必要な「頼る」スキルの磨き方：あなたの力を120%発揮させる「伝え方+考え方」』(KADOKAWA)、ほか多数。4女2男の母。

会場案内

麻布区民協働スペース
(港区六本木5-16-46 麻布保育園3階)

- ◆地下鉄日比谷線・大江戸線「六本木駅」
3番出口徒歩7分
- ◆ちいばす
麻布西ルート・麻布東ルート・田町ルート
「麻布地区総合支所前」バス停徒歩1分

