

心を動かす魔法の言葉

～ペップトーク活用講座～

家庭や職場、地域など様々な場面で、ついイライラして感情を露わにってしまったことはありませんか。前向きな心の状態をつくるペップトークを学び、肩の力を抜いてちょっと楽になりませんか。

普段使っている言葉に目を向け、周りの人や自分自身にポジティブな言葉がけを繰り返すことで、自信を持って行動できるペップトークについて学びます。



と き

令和8年 3月9日（月）

午後1時30分～午後3時

ところ

ビーチホールまがたま
（糸魚川市寺町 4-3-1）

講 師

日本ペップトーク普及協会
代表理事 岩崎 由純 様

定 員

50名（申し込みが必要です）

申込締切

3月5日（木）までに申し込みください。



【申込み・問合せ】

糸魚川市社会福祉協議会 電話 552-7700

（共催：糸魚川市ボランティア連絡協議会）