

令和3年1月20日開催

令和2年度キャリアアップ支援講座

キャリアアップセミナーⅢ

コミュニケーションカUp!～イキイキ笑顔で好感度～

○アンケートのまとめ

【参加者】(計15名)

40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
3人	4人	6人	2人

【参加された理由をお聞かせください】

(40歳代)

- ・コミュニケーション能力をあげたかった為。
- ・コミュニケーションを少しでも上手になりたいと思い参加しました。
- ・子供達に“眉間のしわ”とよく言われるのと自分が話している映像の表情が乏しくて驚いたから。

(50歳代)

- ・関心のあるテーマであった「笑顔」、友人からの声掛け。
- ・友人に誘われて、笑顔でコミュニケーションをうまくとれたらいいなぁと思い参加しました。
- ・誘われて。
- ・タイトルに興味があった。

(60歳代)

- ・コロナ禍になり、顔の筋肉を動かすことが少なくなり、老け顔になっていくので、表情筋のことを学ぶことによりなんとか食い止めたいという思いで参加しました。
- ・よさそうだから。
- ・人生楽しく生きていきたい。
- ・友人に誘われて。
- ・誘われたから。
- ・「町から町へ」に載っていたのが興味深かったので申し込みました。

(70歳代)

- ・明るくなりたい(表情に)

【講座はいかがでしたか?】

- | | |
|------------|-----|
| 1、たいへん良かった | 13名 |
| 2、良かった | 2名 |

【上記のように感じた理由や講座の感想】

(40歳代)

- ・顔は大事と知れたので体操や癖付けを頑張ろうと思いました。
- ・どうして笑顔が大切かという事をととてもわかりやすくご説明していただいて、2時間があっという間でした！もっと聞きたかったです。
- ・もう少し時間が長ければ、1限目理論、2限目実践ぐらいで、午前いっぱいぐらいお聞きしたかったです。

(50歳代)

- ・大好きであった「笑顔」の大切さや良さがよくわかり、大変楽しく勉強になりました。自分を元気にする、周りを幸せにする、ますます「笑顔」が大好きになりました。エンジェルスマイル！目指します！
- ・とてもおもしろかったし、わかりやすく、先生も素敵でした。
- ・もう少し時間があれば、全部ゆっくり聞きたかった。(早退)
- ・分かりやすかった。日々の一番の大切なことを学んだと思った。

(60歳代)

- ・先生が素敵でした。笑いの効用を学べた。明日からは意識して笑顔を作るよう心掛けたい。
- ・知らないことがたくさんあった。
- ・コミュニケーション力を高めて、楽しく笑顔でいきたいと思いました。
- ・共感できる点が何度もあり良かった。
- ・笑顔になる為の体や、ホルモンのお話し、ストレッチ等を教えていただけて良かったです。
- ・実施内容、実践も具体的でわかりやすかった。

(70歳代)

- ・久しぶりに講座を受けて楽しかった。

【女性が仕事と家庭を両立するためには、何が必要だと思いますか】

(40歳代)

- ・がんばらず適当に力を抜くこと。人の手をかりる。
- ・家族の協力、心の余裕。

(50歳代)

- ・“ゆとり”自分自身の心の中(気持ち)の時間。
- ・人とのコミュニケーションが大事だと今日改めて思いました。
- ・家族の協力。
- ・家族や周りの協力が必要だと思うが、先ずは、自分自身がどういうふうにしたいのか(目標)、それに向かうことが大切だと思う。

(60歳代)

- ・家族や周りの協力が必要。
- ・夫の協力、家族の協力。
- ・男性に笑顔で助けてもらう。仕事の分担を決める。
- ・家族の理解と協力、家族や周囲とのコミュニケーション。
- ・笑顔と思いやる気持ちを持つ。
- ・責任感と積極性が大切だと思う。

(70歳代)

- ・笑顔の大切さを感じました。
- ・いそいそ笑顔をもつこと。