

# 折れない心の つくりかた

レジリエンス（＝折れない心）とは何かを学びます。  
「悩みや不安が多く、ストレスを感じている」  
「失敗や間違いをいつまでも引きずってしまう」  
「自分の能力や行動に自信がなく、ネガティブ思考になりがち」  
そんな自分から抜け出し、前に進む力を身につけることができます！

## 令和3年10月6日（水）

① 10:00～12:00      ② 18:00～20:00

場所：横手市交流センターY2ふらざ 3階 研修室3

定員：各回30名（参加費無料）

申込：9月22日（水）までに、下記申込書または  
電話、FAX、E-mailにてお申し込みください

### 【講師（リモート登壇）】

株式会社ザ・アカデミージャパン  
人材育成支援事業部 部長

## 平野 暢英（ひらの のぶひで）氏



1981年生まれ、香川県出身。大手食品メーカーで営業職を経験後、ベンチャー系人材開発コンサルティング会社、ザ・アカデミージャパンの創業メンバーとして参画。現在はレジリエンスや心理的安全性を専門領域に各種活動を積極的に行っている。

### 【問い合わせ・申込先】

横手市まちづくり推進部地域づくり支援課男女共生係  
横手市駅前町1番21号 横手市交流センターY2ふらざ内

TEL：0182-35-2158 FAX：0182-32-4056 E-mail：danjo@city.yokote.lg.jp

### 参加申込書

お名前	所属	電話番号	希望時間（①or②）

※申込の先着順とします。

※ご記入いただいた情報は、本研修の開催のみに使用し、他の用途に使用することはありません。