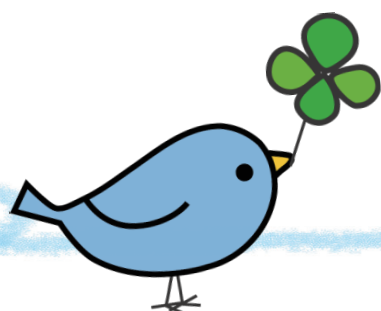


家族の中のわたし

～「いい母」「いい妻」「いい娘」
に疲れていませんか～

＊ 2 回連続講座 ＊



参加
無料

対象
女性
20 人

家族、夫婦、親子の間で、生きづらさを感じてしまうことはありませんか。

「わたしのせい…?」「わたしがガマンすれば…」

「わたしがもっと頑張らないと…」と思ってしまう。

つい、自分のことが後回しになってしまう。

ちょっと立ち止まって、家族との関係を見つめなおしてみませんか。

自分の気持ちと向き合って、ありのままの自分で、いきいきとした毎日を過ごすために…。

日時

① 平成 28 年 10 月 29 日 (土) 午前 10 時～12 時

② 平成 28 年 11 月 5 日 (土) 午前 10 時～12 時

ところ

東大阪市立男女共同参画センター・エコラム 第 1・第 2 研修室

講師

やすまさ もとこ

安政元子さん (カウンセリングルーム・なないろカウンセラー、日本心理学会認定心理士)

各自治体の女性のための相談員として 18 年間相談室勤務。平成 26 年 9 月カウンセリングルーム・なないろ開設。面接相談だけでなく、パートナーシップやトラウマ等をテーマにした「こころのケア講座」を定期的で開催している。相談内容は、離婚、母娘問題、うつ、親子問題、セクシュアリティ等。児童相談所非常勤心理判定員、DV シェルター専任カウンセラー。



主催：東大阪市

企画・運営：ドーン財団 (一般財団法人 大阪府男女共同参画推進財団)

平成 28 年度 女性応援セミナー人間関係編 ～

- 日 時：平成 28 年 10 月 29 日（土）午前 10 時～12 時
平成 28 年 11 月 5 日（土）午前 10 時～12 時
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコラム
第 1・第 2 研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の女性 20 人
- 参加費：無料
- 一時保育：1 歳半～就学前幼児 定員 10 人、ひとり 200 円
（申込先着順・各開催日 1 週間前までに要予約）

- 申込方法：
電話またはイコラムの窓口（申込時間は休館日を除く午前 9 時～午後 9 時 30 分）またはハガキ、FAX、メール、イコラムホームページの申込フォームに、講座名・住所・氏名・電話番号・FAX 番号・年代・参加動機・保育の有無（保育希望の子どもの氏名・生年月日）をご記入の上、下記までお申込みください。

- 申込締切：平成 28 年 10 月 22 日（土）必着
※申込多数の場合は抽選、2 回参加の方優先

★ お申し込み・お問い合わせ ★

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600

東大阪市立男女共同参画センター・イコラム

Tel 072-960-9201

Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com
URL <http://www.ikoramu.com>



平成 28 年度 女性応援セミナー ～人間関係編～ 申込フォーム

ふりがな				職 業	
氏 名				年 代	歳代
住 所					
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	F A X	(勤務先・自宅)		
E - m a i l	(勤務先・自宅・携帯)				
参加動機					
一時保育 希 望	有・無	(ふりがな) (お子様のお名前)	お子様の 生年月日	年 月 日	

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

東大阪市立男女共同参画センター・イコラム 宛

FAX 072-960-9207