

「男は泣くな」はもう古い！イケメソ男子、はじめませんか

あなたが最後に泣いたのはいつですか？もしかすると「もう何年も泣いていない。」「泣いたことなんて恥ずかしくて誰にも言えない！」という方もいらっしゃるかもしれません。特に男性の皆さんは「男は強くあるべき」「泣き言なんて言うんじゃない」などと言われることも多々あり、余計に涙を流す機会が少ないのではないのでしょうか。明日からすっきりとした日々を送るために、周りの事なんて気にせずにみんなで一緒に涙を流してみませんか？

【内容】

近年脳科学の観点から「泣くことは、“からだ”に良い」ということがわかってきました。泣ける映像を見て、みんなで一緒に涙を流し、その効果を体験！
また、一人涙活（セルフケア）を続けるためのヒントのお話や、自分の中にたまっているもやもやした感情を吐き出す「泣き言セラピー」を体感します。



講師：吉田 英史さん（感涙療法士）

1975年生まれ。鎌倉市出身。早稲田大学大学院教育学研究科修了。老人ホーム、学校勤務を経て、現職に。感涙療法士として、学校（生徒 / 先生 / PTA 等の保護者）、病院（患者 / 医師や看護師等の職員）だけでなく、最近は、ストレスチェック義務化からの要請で企業や自治体の職員に向けて、涙活イベントや講演会を実施。元高校教師・スクールカウンセラー。通称、なみだ先生。主なメディア出演に、日本テレビ『人生が変わる1分間の深イイ話』『笑神様は突然に』、NHK『Rの法則』、CNN ニュース、その他新聞、雑誌多数。

会場へのアクセス

- 鉄 道：近鉄名古屋線、JR紀勢本線、伊勢鉄道津駅西口下車
 - バ ス：三重交通路線バスで「総合文化センター行き・夢が丘団地行き（系統番号89）」乗車
バス停「総合文化センター前・総合文化センター」下車
 - 徒 歩：津駅西口から約25分(1.8Km)
 - タクシー：津駅西口から約5分
 - 自家用車：伊勢自動車道 芸濃インターから約15分
伊勢自動車道 津インターから約10分
- ※駐車場混雑が予想されますので、できるかぎり公共交通機関をご利用ください。



開催情報

イベント名	「男は泣くな」はもう古い！ イケメソ男子、はじめませんか
日 時	平成 29 年 2 月 25 日（土） 17：00～19：00（開場 16：30）
会 場	三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」2 階 セミナー室 A（三重県津市一身田上津部田 1234 番地 三重県総合文化センター内）
そ の 他	要事前申込み、定員30名、参加無料、有料託児あり…1人につき500円（1歳6か月～小学3年）※要事前申込（締切：平成29年2月11日（土））

お申込み・お問合せ

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」 FAX 059-233-1135
〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 TEL059-233-1130 E-mail: frente@center-mie.or.jp

【印】

平成 28 年度
フレンテみえ男性講座

「男は泣くな」はもう古い！
イケメソ男子、はじめませんか

参加申込書

センター 記入欄	No.	受付印
	月 日	
	郵 F T 持	

ふりがな	年 齢	フレンテみえのイベントには	
名 前	歳 代	初参加 ・ 2 回目以上	
電 話	() —	託児希望 (1歳6か月～ 小学3年生)	あり ・ なし
お住まいの 市町		お名前	
		イベント当日 時点での年齢	歳 ヶ月 託児締切:2月11日(土) 500円/1人 ※当日お支払いください。

※ご記入いただいた個人情報は、講演会に関する連絡のために使用させていただきます。お預かりした個人情報は個人情報保護法に基づき適切に管理いたします。個人情報に関するお問い合わせは公益財団法人三重県文化振興事業団総務部 059-233-1103 までお願いします。