

人とつながる・ことが 苦手なあなたへ

ひとりがラク
でも、ときどきふつと不安になる



いつもニコニコしてるけど
心を許せる友だちはずっといない

仕事も家族もない
こんな私は誰にも分かってなんでもらえない

家族はいるけど
誰も私のことなんて心配してくれない



イラスト/デザイン
1coma Inc.

受講料
無料
事前申込制

2023
10/1日
13:30 - 16:30
三重県総合文化センター

会場 三重県総合文化センター内
男女共同参画センター 2 階 セミナー室 A

対象 テーマに関心のある女性

定員 30 名 ※申込者多数の場合は抽選

申込切 9 月 10 日 日 必着

講座内容

- ・つながりたい相手はどんな人が考えてみましょう。
- ・自分を知って「伝えたい自分」を整理してみましょう。
- ・自分にとって「ここちよい距離感」を大切に「人とつながり方」を考えてみましょう。



無料託児サービスあり 要事前予約
0 歳 3 カ月から小学校 3 年生程度

託児申込切

9 月 17 日 日

講師 増井さとみ さん

ウィメンズカウンセリング名古屋 YWCA 所属 フェミニストカウンセラー

WEB 申込
はこちら



主催 三重県・三重県男女共同参画センター「フレンデみえ」 後援 レディオキューブ FM 三重

お申込み・お問合せ 三重県男女共同参画センター「フレンデみえ」

Tel 059-233-1130

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田 1234

Fax 059-233-1135

E-mail frente@center-mie.or.jp