

人との距離感って むずかしい

パートナー・家族・地域・職場…プライベートでも仕事でも、悩みの尽きない人間関係。
「相手はどう思っているか不安になる」「緊張して自分をうまく表現できない」
コミュニケーションは大事だと無理して、人づきあいで疲れていませんか？
気持ちを確かめながら語り合う中で、自分が楽になるヒントが見つかるかもしれません。

<日時> 2022年

4月15日～5月27日の金曜日(但し4/29(祝)は除く) 各10:00～12:00 [6回講座]

場 所: 伊丹市立男女共同参画センター

対 象: テーマに関心のある女性10人(原則として全回参加できる方)

ファシリテーター: 荒木 美恵さん(臨床心理士、公認心理師)

保 育: 6人(1歳～就学前まで、一人につき1回300円要予約)

申 込 み: 3月1日(火)9:00～電話、窓口で受付 *先着順*

伊丹市立男女共同参画センター (072-781-5516) まで

参加費
無料

グループカウンセリングは、同じ課題を持つ人たちが、
秘密を守られるルールの中で、お互いの体験や気持ちを話し合います。
カウンセラーがファシリテーター(進行役)として入ります。

ここの新型コロナウイルス予防対策中!



館内換気



館内消毒



お席の間隔

主催 伊丹市立男女共同参画センター ここいろ

指定管理者

NPO 法人女性と子どものエンパワメント関西

伊丹市宮ノ前2-2-2 伊丹商工プラザ5階

電話 072-781-5516 FAX 072-781-5530

<https://www.itami-kokoiro.jp/>

ここいろ
HP

