

子育てはこんなに しんどいもの??



【ファシリテーター】

宮本 由起代 さんNPO 法人
心のサポート・ステーション
代表理事 / カウンセラー

これでいいのかな……。毎日毎日、イライラ続き……。
子育ては、うまくいかないことの方が多くて。
自分を責めてしまったり、一人で無理して頑張っている私。
でも、悩みはあるけれど、なるべく笑顔で、
私らしく前向きに、子育ても楽しみたい……。

心を軽くする サポート・グループ で話し合ってみませんか。

【日時】

①11月 20日 ②11月 27日 ③12月 4日 ④12月 11日 ⑤12月 18日
いずれも 金曜日 <全5回> 各 10:00~12:00

場 所：宝塚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 12人 (※原則として全回参加できる方)
参加費：無 料
保 育：10人(1歳~就学前まで) 無 料 要予約
申込み：10月 3日(土)9:00 ~ 電話 または 窓口で *先着順
宝塚市立男女共同参画センター ハ (0797-86-4006)

* サポート・グループ とは *

同じ問題を持つ人たちが、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。

感染予防対策実施中



兵庫県の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインに沿って講座を開催します

- 当日、体調の悪い方はご参加頂けません。
- あらかじめご自宅で体温をチェックしてからご来館ください。
- 参加される方はマスクの着用をお願いいたします。
- 利用時は、適宜手洗い・手指のアルコール消毒にご協力ください。
- 講座中に換気の時間を設けます。

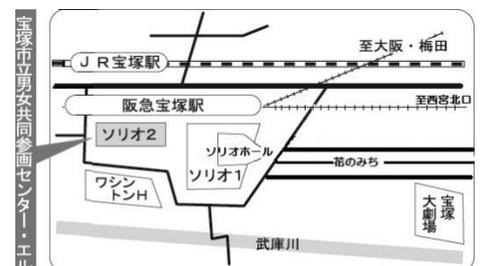
主 催 宝塚市立男女共同参画センター・エル

宝塚市指定管理者

NPO 法人 女性と子どものエンパワメント関西
宝塚市栄町 2-1-2 「ソリオ2」 4 階
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424
<https://www.takarazuka-ell.jp/>

(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)

Facebook ページ



※申込みにあたってお預かりする個人情報は本講座以外の目的で使用することはありません。