

知っておきたい

見直したい

# 身近な人との心地よい関係

言いたいことが言えないのはなぜ？

つい言い過ぎてしまうのは私だけの問題なの？

いい関係でいたいのにな、遠慮し過ぎたり、入り込み過ぎたり…

そんなとき相手とあなたの間には、いったい何が起きているのでしょうか。

身近な人とのよりよい関係について一緒に考えてみませんか。



	開催日	テーマ
第1回	2/1 (水)	人とうまく付き合えないのは、私のせい？ ～「〇〇らしさ」のとらわれに気づく～
第2回	2/8 (水)	人との心地よい距離 ～人との関係に影響するさまざまな要素を知る～
第3回	2/15 (水)	わたしも大事 あなたも大事 ～自尊心をもつことが人との関係の基本～

時間：午前10時～12時

場所：イーグレひめじ4階 セミナー室A

対象：テーマに関心のある女性

定員：20人（申し込み多数の場合抽選・1回ごとの参加も可）

受講料：無料

一時保育：満1歳～就学前幼児。（1人1回300円。要申込み）

申込締切：1月22日（日）必着



本講座は、NPO 法人レジリエンス作成「DV 被害者等のためのこころのケア講座」の教材をもとに、NPO 法人フェミニストカウンセリング神戸のスタッフが進めます。

## 【お申し込み】

持参、ハガキ、FAX 又は あいめっせホームページの申込フォームで郵便番号・住所・お名前・年齢・電話番号・参加希望の回、一時保育の有無（希望者は幼児の名前と年齢）をご記入の上、下記までお申し込みください。

## 【お問合わせ】 姫路市男女共同参画推進センター“あいめっせ”

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ「身近な人との心地よい関係」係

TEL：079（287）0803 FAX：079（287）0805 <http://www.city.himeji.lg.jp/i-messae/>

携帯電話からの申し込みはこちら



本講座内容についてのお問合せは、特定非営利活動法人 フェミニストカウンセリング神戸まで

TEL/FAX:078(360)6211

E-mail:femi-ko@nifty.com

参加申込書に必要事項をご記入の上、持参、ハガキ、FAX又はあいめっせホームページの申込フォームにてお申し込みください。(1月22日(日)必着)

(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)

お申し込み先 (あいめっせ)

FAX : 079-287-0805

★★★★★ 参 加 申 込 書 ★★★★★

申込日： 月 日

「身近な人との心地よい関係」 に申し込みます。

ふりがな  
名前： \_\_\_\_\_

住所： 〒  
\_\_\_\_\_

TEL： \_\_\_\_\_

(申込者自身に直接、昼間に連絡がつく番号をお願いします)

一時保育： 人

お子さんのお名前/年齢 (保育料はお子さん1人につき1回300円)

( : 歳 ヶ月) ( : 歳 ヶ月)

参加ご希望の回に○をつけてください

参加		開催日	テーマ
<input type="checkbox"/>	第1回	2/1(水)	人とうまく付き合えないのは、私のせい？ ～「〇〇らしさ」のとらわれに気づく～
<input type="checkbox"/>	第2回	2/8(水)	人との心地よい距離 ～人との関係に影響するさまざまな要素を知る～
<input type="checkbox"/>	第3回	2/15(水)	わたしも大事 あなたも大事 ～自尊心をもつことが人との関係の基本～



特定非営利活動法人フェミニストカウンセリング神戸は女性の視点に立った女性ための相談である“フェミニストカウンセリング”の手法を用い、従来の性別役割意識\*に縛られることなく、家庭や職場等で主体的かつ多様な生き方を選択できるようサポートしています。ドメスティックバイオレンスやセクシャルハラスメント、性暴力など女性への暴力防止活動と被害者支援活動も行っています。

\*性別役割意識：「女性(または男性)だから～しなければならない」などと性別ゆえに社会的に期待された行動パターンの思い込み。

フェミニストカウンセリングでは、女性個人の悩みの原因を本人の性格や病理の問題のみに帰せず、社会が求める「性別役割意識」がその生き方や考え方、生きにくさを作り出していると考えます。ひとりひとりの生き方に寄り添うことで、女性が生きやすい社会をめざしています。