大阪狭山市立公民館・大阪狭山市男女共同参画推進センター(きらっとぴあ)共催講座

ハートフルセミナー

自分の感情のトリセツを知ろう

1 回目　10 月 11 日(水)

自分の思い込みをチェックしよう　～感情を学ぶ～

2 回目　10 月 25 日(水)

苦手な人との付き合い方　～なぜ女性は生きづらいのかな？

時間　午後 7 時から 8 時 30 分

参加費　500 円(2 回分)

場所　大阪狭山市立公民館　多目的

対象　テーマに関心がある自認する性が女性の方

年齢　18 歳以上

定員　20 名

講師　杉本志津佳さん

フェミニストカウンセリング堺

日本フェミニストカウンセリング学会認定
フェミニストカウンセラー

自分の感情って難しいですよね。
自分と相手のココロを大事にしながら相手に上手に伝える方法を考え、私たちの大切な感情のトリセツを先生と学びましょう♡

お問い合わせ先
大阪狭山市立公民館(072-366-0070)
大阪狭山市男女共同参画推進センター
(きらっとぴあ)(072-247-7047)