

# “わたしを大切にする”ってなあに？

「私ってやっぱりダメだ」

「変わりたくても自分には無理」

「他の人はどう思っているんだろう」

自分に自信が持てず、人の評価ばかり気にしてしまう。  
他人の感情に焦点をあて、自分の感情や考えを抑え込み、  
孤立しがちな女性たち。

ワークショップでは、女性が持ちやすい物事の捉え方や行動のパターン、  
その背景にあるジェンダーによる縛りや社会構造について学び、自分自身  
を信頼して、価値ある存在として認めるために必要な視点を学びます。

## 日 程 <全 3 回>

- ① 11月11日(土) 13:30~15:30
- ② 11月25日(土) 13:30~15:30
- ③ 12月9日(土) 13:30~15:30

講師：中川 浩子さん

(日本フェミニストカウンセリング学会理事  
・臨床心理士)

- ◎会場：郡山市男女共同参画センター 集会室
- ◎対象：県内の女性支援に関わる方、また、関心のある方（女性に限る）
- ◎定員：20名（但し、全て受講できる方優先）
- ◎参加費：無料 ただし、資料代として1,000円（3回分）がかかります。
- ◎託児あり 1人300円 <参加申込書記入欄にてお申込み下さい>

☆ 参加申込方法：裏面の参加申込書にてお申込み下さい

主 催：NPO法人ウィメンズスペースふくしま

共 催：郡山市男女共同参画センター

○福島県男女共生センター「男女共生を進めるための県民企画応援事業」採択事業

ワークショップ 自己尊重トレーニング全3回  
**“わたしを大切に” “ってなあに？”**  
 参加申込書

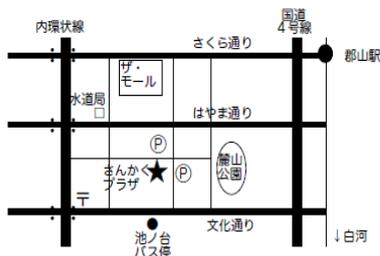
	開 催 日	受講希望日に レ
①	11月11日(土)	<input type="checkbox"/>
②	11月25日(土)	<input type="checkbox"/>
③	12月9日(土)	<input type="checkbox"/>
ふりがな 氏 名		
連絡先	TEL・FAX・メールアドレス <いずれか>	

\*資料代として、1,000円(全講座3回分)

■託児申込書 <生後6ヶ月～就学前。先着順、定員12名。託児料300円>

託児申込み日	お子さんの名前	性別	年齢	連絡事項
	ふりがな( )			
	ふりがな( )			

★託児ご利用の際は、お子さんのお昼寝用ブランケット・バスタオル等ご持参ください。



★会場 郡山市男女共同参画センター(さんかくプラザ)  
 福島県郡山市麓山2-9-1

必要事項を記入の上、FAXまたはTELでお申し込みください。

お申込み先：NPO法人ウィメンズスペースふくしま

**TEL/FAX 024-953-6255**

受付時間 10:00～17:00

\*申込書に記入していただく個人情報は、当企画運営以外に使用することはありません。