

自分のための

こころのケア講座

～かけがえのない自分を大切にすることから始めましょう～

身近な人との関係や過去の出来事で悩んだり
モヤモヤしていることはありませんか・・・
自分のこころのケアのための知識や対処法を学びましょう

11/23

(水)勤労感謝の日

13:00～開場

13:30～15:30



<ファシリテーター>
東北公益文科大学 教授
大学院研究科長

伊藤 真知子氏

【プロフィール】

国立女性教育会館事業課研究員を経て、2001年4月東北公益文科大学開学と同時に着任。専門は社会学・女性学。2016年男女共同参画社会づくり功労者内閣総理大臣表彰。レジリエンス ファシリテーター養成研修修了者。

会場 公益研修センター (酒田市飯森山三丁目5番地の1 東北公益文科大学内)

対象 どなたでも

参加費 無料(先着順50名) お申し込みが必要です。詳細は下記をご覧ください。

お申し込み方法 FAXまたはMAILにてお申し込みください。〆切り11/16(水)

ほっとハート庄内 FAX: 0234-93-2409 MAIL: wnikosmile@ezweb.ne.jp



<FAX 申込書> FAX: 0234-93-2409 ほっとハート庄内

ふりがな お名前 (所属等:)	連絡先	TEL
		FAX

【主催&お問い合わせ先】心の健康づくりボランティア ほっとハート庄内 TEL:090-2842-2841 (斎藤)
【後援(予定)】酒田市、酒田市社会福祉協議会、東北公益文科大学、庄内ちゅりあ、特定非営利活動法人ぼらんたす

この事業は、赤い羽根共同募金配分金の支援を受けて実施しております