



# きらび☆トーク

5月のテーマ

## 【心が楽になる考え方】 ～このイライラどうしよう～

日程 5月15日(水)

時間 10:30～12:00

今後のテーマ

- 7/ 17(水) 「その悩み、実はジェンダーです！」
- 9/ 18(水) 「他人の言葉に惑わされない」
- 11/ 20(水) 「お互いの境界を守ろう」
- 1/ 15(水) 「一年を気持ちよく過ごすために」
- 3/ 19(水) 「心のバランス、とれていますか？」

※テーマ内容が変更する時もあります。



カウンセラーと共に、  
テーマにそって話し合います

お気軽にご参加お待ちしております

講師 杉本 志津佳さん

フェミニストカウンセリング堺所  
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  
性暴力被害者支援を中心に、個人カウンセリング、  
グループワークのトレーナー等を行う  
また、ドーンセンターをはじめ、自治体等で女性相談や  
セクシャルハラスメント相談に従事している

場 所 大阪狭山市役所南館1階会議室 (SAYAKAホール南側)  
対 象 女性  
定 員 8名程度 (先着順)  
参加費 無料  
申込み 講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を  
電話または直接きらっとぴあまで

