令和2年度「ほっと越谷」市民公募型男女共同参画事業

# 家庭・仕事・子育ての 人間関係がぐっと楽になるコミュニケーション講座

## ～心の境界線（バウンダリー）を知ろう～

【２回連続講座】 第１回　2021年（令和3年）1月14日（木）
第２回　2021年（令和3年）1月28日（木）
} いずれも 10時～12時

新型コロナウイルスによる影響が長引き、子育てや職場の人間関係の中でも、これまでとは違う悩みやストレスを感じることも多いのではないでしょうか？
人間関係の基礎となる、人と人との適切な距離感を身につけることは、さまざまな人間関係をぐっと楽にし、心を軽くしてくれます。心の境界線（バウンダリー）で互いを大切にすることを意識したコミュニケーションについて学ぶ2回連続講座です。

◆講 師 ：三浦輝江（みうらてるえ）さん（NPO法人子どもの環境を守る会Ｊワールド 理事長）
◆会 場 ：越谷市男女共同参画支援センター「ほっと越谷」セミナールーム
◆対 象 ：子育て中またはテーマに関心のある20～50代の女性
◆定 員 ：２０人（事前予約制）　◆参加費：無料（駐車・駐輪は有料です）
◆保 育 ：あり（1歳6か月～就学前まで）要予約・先着5人
※保育締切　第１回：1月６日（水）、第２回：1月20日（水）
※保育は、「ほっと越谷」に電話でお申込みください。 電話 048-970-7411

※受講に際しては、手指の消毒、マスクの着用、当日の体調の確認等へのご協力をお願いします。
※新型コロナウィルス感染症の影響により、講座の開催等について変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。


◆主催・問合せ・申込み先：ファミリーネットさいたま（越谷支部）
電 話 ：080-7688-1636（鵜澤）、070-5366-9484（市川）
メール：familynet_saitama@yahoo.co.jp　ホームページQRコード➡


協 働：越谷市男女共同参画支援センター「ほっと越谷」　協 力：NPO法人子どもの環境を守る会Jワールド