

~~~なぜ苦しいのだろう~~~

# 鬱・引きこもりからの回復

今悩んでいるいきづらさの問題は、いろいろなストレスが原因となって引き起こされています。ストレスに弱い自分。

影響している幼児期の家族関係が無意識的に受け取った不合理な生きづらさにつながっています。学ぶことで家族のとらわれているものが分かり、ストレスの軽減ができ、鬱・引きこもりが持つある捉え方を変える事によって生きづらさの問題解決の役に立ちます。

にいがた女と男フェスティバル 2020

- 日 時 2020年10月4日(日) 9:30~11:30
- 会 場 新潟県女性センター 女性団体交流室2  
(新潟市中央区上所 2-2-2 新潟ユニゾンプラザ 2階)
- 講 師 早海 えいこ メンタル心理カウンセラー
- 内 容 「学習会」時間があればカウンセリングもいたします。
- 参加費 1,000円 ■定員 15人
- 保育あり・保育の申し込みは直接「(公財)新潟県女性財団」まで、  
詳細は裏面にあります。

『参加者にお願ひ』 感染防止のためマスクの着用をお願いいたします。

感染防止対策: 消毒、距離、換気には十分注意して行います。

申込み&問合せ mail : eiko\_happy414desu@yahoo.co.jp

TEL : 090-7427-6157

TA カウンセリング勉強会 事務局 武石栄子

## 保育申し込み

|           |                                                                                                                                    |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① 対 象     | 6 カ月以上小学校低学年まで                                                                                                                     |
| ② 協 力 費   | こども 1 人につき 1 回 200 円                                                                                                               |
| ③ 定 員     | 5 名 (先着順)                                                                                                                          |
| ④ 申 込 方 法 | 電話・ファックス・メールで、郵便番号、住所、氏名、電話番号、お子さんの名前、月年齢および参加されるワークショップ名を記入し(公財)新潟県女性財団までお送りください。                                                 |
| ⑤ 申 込 締 切 | 9 月 19 日 (土)                                                                                                                       |
| ⑥ 申 込 先   | 〒950-0994<br>新潟市中央区上所 2-2-2 新潟ユニゾンプラザ 2 階<br><br>(公財)新潟県女性財団<br><br>TEL : 025-285-6610 Fax : 025-285-6630<br>E-mail : npwf@npwf.jp |

### 『駐車場について』

混雑が予想されます。お車でお越しの際は余裕をもってお越しいただくか  
公共交通機関をご利用ください