

こころと身体のセルフケア

～パートナーとの関係に息苦しい思いをしていませんか～

食事を作ったのに
パートナーが食べない
のは、私が気にさわる
ことをしたからだ
とってしまう

夫婦喧嘩を見て
いる子どもへの
影響が心配…

パートナーは状況に
よって言うことが違う
ので、いつも振りまわ
される

こんな自分に気づいたら、パートナーと自分の関係を見直してみませんか？

モラル・ハラスメントなどの精神的なDVを中心に、セルフケアを考えていきます。

日 時

令和8年9月11日（金）

午前10時～11時30分

内 容

- DVの起きる社会背景やDVの基礎知識
- モラル・ハラスメントなど
暴力が女性や子どもに与える影響について
- セルフケアについて

- ◆対 象 モラル・ハラスメントなどの
DVに悩む市内在住・在勤の女性
- ◆定 員 先着6人
- ◆講 師 女性問題専門相談員
- ◆託 児 未就学児の託児あり
9月4日（金）までに要予約・有料
- ◆受講料 無料
- ◆場 所 豊田市内（申込み時にお知らせします）
- ◆申込み 8月5日（水）午前10時から電話・HP
にて、氏名、年齢、町名、電話番号、託児
の有無をお知らせください。



<参加者の感想>

- ・自分のことをもっと大切にしようと思った
- ・DVのことが理解でき、自分は悪くなかったのだとわかった

申込み・問合せ  **キラ☆とよた**
豊田市ジェンダー平等推進センター

〒471-0034 豊田市小坂本町1-25
（豊田産業文化センター2階）

電 話: 0565-31-7780

F A X: 0565-31-3270

E-mail: clover@city.toyota.aichi.jp

ホームページ: <https://clover-toyota.jp/>



申込みはこちら