

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～

パートナーが帰ってくると
思うと、緊張して
気分が重くなる

パートナーを怒らせないようにと
子どもの行動まで
制限してしまう

自分の思いを
パートナーに
伝えようとする
と非常に疲れ、
諦めてしまう

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】	【内 容】
11月11日(金)	・DVの起きる社会背景や DVの基礎知識
10時～11時30分	・モラル・ハラスメントなどの 暴力が女性や子どもに 与える影響
	・セルフケアについて

※同じ内容で平成29年2月にも実施する予定です。



- ◆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 10人程度 (先着順)
- ◆講師 女性問題専門相談員
- ◆託児 未就学児(有料・要予約)
※2歳未満はお問い合わせください。
※託児申込は11月4日(金)までです。
- ◆受講料 無料
- ◆場所 豊田市内(申込時にお知らせします)

- ◆申込み/問合せ
キラッ★とよた(とよた男女共同参画センター)
〒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31-7780
FAX31-3270
E-mail clover@city.toyota.aichi.jp

受付開始

10/5(水)

9:00～

🍀 申込み・問合せ 🍀



10月5日（金）午前9時から受付開始
 キラッ☆とよた（とよた男女共同参画センター）へ

TEL(0565)31-7780

FAX(0565)31-3270

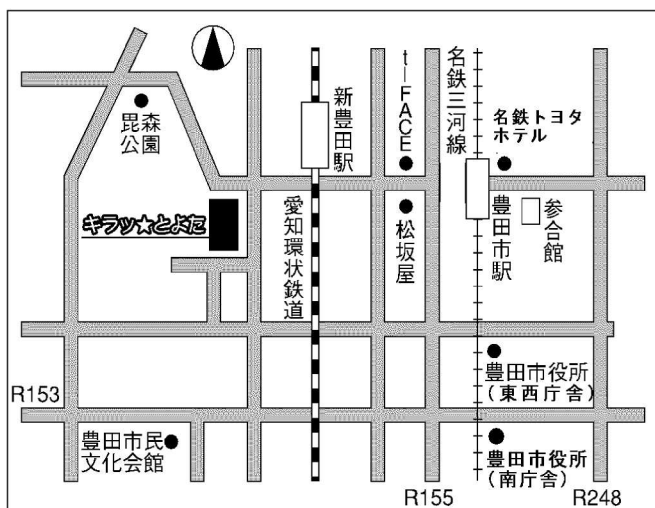
E-mail: clover@city.toyota.aichi.jp

FAXの場合は
 送信後、電話かメールで
 お知らせください。

QRコードを利用して
 申し込みます

●下記「申込用紙」の項目に沿ってお申込みください。

キラッ☆とよた(とよた男女共同参画センター)のご案内



〒471-0034

豊田市小坂本町1-25

豊田産業文化センター2階



アクセス：名鉄豊田市駅から徒歩8分

愛知環状鉄道新豊田駅から徒歩3分

開館時間：9:00～21:00 日曜日は17:00まで

月曜日休館

（祝日の場合開館《17:00まで》）

《キラッ☆とよた ホームページアドレス》 <http://clover-toyota.jp/>

キラッ☆とよた

受付開始 10/5（金）午前9時

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いませんか～ 受講申込用紙

氏名（ふりがな）	年齢	住所・電話番号
		〒（ ）
	歳	電話番号（ ）
市外在住の場合、勤務先名称とその所在地		託児をご希望の場合 お子様の名前（ふりがな）・年齢
		（ 歳）