

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き非常に疲れ、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】 2月24日（金） 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 |
|---------------------------------|---|



- ◆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2月17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

1/19(木)

10:00～

🍀 申込み・問合せ 🍀



1月19日(木) 午前10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

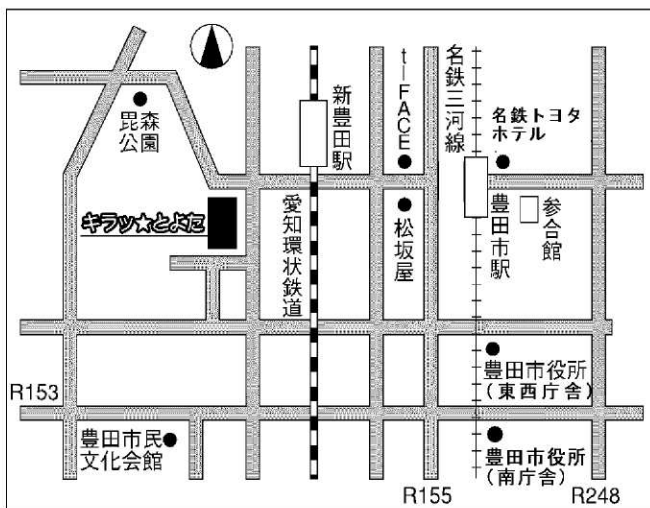
E-mail: clover@city.toyota.aichi.jp

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 1/19(木) 午前10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) |