



保育  
無料

参加  
無料

～相手もわたしも大切に～

# さわやかに自己表現するための アサーショントレーニング

アサーショントレーニングを通して、言葉にできない自分の気持ちや考えを表現する方法を学んでみませんか？具体的な場面を想定したロールプレイなどを通して自己表現力を高めましょう！

日時：12月3日(火)、12月18日(水) (全2回)  
10:00～12:00

会場：モアいずみ研修室 (和泉シティプラザ北棟4階)

1回目 アサーションの基本を学ぶ

2回目 理解を深めるためのグループワーク

たけのした まさよ

竹之下 雅代さん (ウィメンズカウンセリング京都代表・

フェミニストカウンセラー)

女性や子どものための心理的支援を志し、1995年ウィメンズカウンセリング京都設立時より、男女共同参画センター、DV相談支援センター、保健所等で、特に暴力被害母子へのエンパワメントのためのカウンセリング、グループワーク、子育て支援に関わっている。困難を抱える女性支援のためのサポートグループ、自己尊重・自己主張のためのトレーニングを行っている。

対象：女性のみ (2回とも参加の方優先)

定員：20名

申込：11月5日(火)から定員に達するまで

電話・FAXにて受付

保育：1歳半以上、就学前までの子ども

※保育申込締切日 各開催日の3日前

申込先・問い合わせ モアいずみ (和泉市男女共同参画センター)

TEL 0725-57-6640

FAX 0725-57-6643



# モアいずみ（和泉市男女共同参画センター）について



和泉市男女共同参画センター(モアいずみ)は、社会のあらゆる分野に男女がともに参加参画することができる男女共同参画社会づくりを推進するための拠点施設です。

利用時間 窓口業務 9:00~17:15 研修室 9:00~22:00

休館日 年末年始(12/29~1/3)



## 図書コーナーのご案内

利用時間 9:00~17:15

貸出冊数 図書(ビデオ)の貸出上限(1人当たり)3冊 (3本)

貸出期間 3週間以内

市内にお住まいの方、市内に通勤・通学されている方ならどなたでも借りることができます。中学生以上の方は、住所確認できるものが必要です(健康保険証、免許証、学生証、生徒手帳など)

モアいずみの講座では、一時保育のサービスを利用することができます。1歳半以上、就学前までの子ども(先着、保育料無料)が対象です。  
※一部対象外の講座もあります



← チラシ・ポスターのこのアイコンが目印です



※じゃんけんボンはモアいずみ登録団体です

保育は  
保育サポーターグループ

※じゃんけんボン  
が担当します



## FAX申込書 モアいずみ宛 FAX 0725-57-6643

### さわやかに自己表現するためのアサーション・トレーニング

ふりがな 氏名				年代 ( ) 歳代
住所	和泉市 ( ) 町 / 和泉市外 ( ) 市			
電話番号		FAX		
保育	保育希望の方は、こちらにお子さんの名前(ふりがな)・月齢をご記入ください			

※お申込みにあたってお預かりする個人情報、本事業以外の目的で使用することはありません。

