

働きづらさ・生きづらさに悩む **若年女性** のためのグループ相談会

おはなし カフェ

だれにも相談できず悩んでいるあなた、
同じ悩みをかかえた仲間と
語り合いませんか？

水曜日

14時～16時

毎月1回程度



おはなしカフェ参加申込書

参加希望日	
ふりがな 名前	年齢 歳
連絡先	☎(携帯も可)
居住地 (市町村まで)	●さいたま市は区まで 市・町・村 区
参加にあたり 困っていること、 不安なこと	あてはまる□に✓を入れてください。 <input type="checkbox"/> 健康上のこと <input type="checkbox"/> 家族のこと <input type="checkbox"/> 人との関係のこと <input type="checkbox"/> 仕事や経済的なこと <input type="checkbox"/> その他()
「おはなしカフェ」 をどこで 知りましたか。	あてはまる□に✓を入れてください。 <input type="checkbox"/> 当センターホームページ <input type="checkbox"/> チラシ(どこで:) <input type="checkbox"/> 知人、友人、家族のすすめ <input type="checkbox"/> その他()
以前に 「おはなしカフェ」 に参加したことが ありますか？	あてはまる□に✓を入れてください。 <input type="checkbox"/> 参加したことはない <input type="checkbox"/> 参加したことがある

※参加申込書にご記入いただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、受講者名簿の作成及び必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。



会場へのアクセス | JRさいたま新都心駅／徒歩5分
北与野駅／徒歩6分
※利用者様用の駐車場はございませんのでご了承ください。

With You さいたま からのお知らせ

離婚に迷う女性のための「生き方セミナー」やシングルマザーやシングルマザーになるかもしれない方を対象としたグループ相談会「ママ・カフェ」も実施しています。詳しくはチラシやWith You さいたまホームページをご覧ください。

まずは1回
参加してみませんか？



申込方法

下記申込書に必要事項を記入のうえ、電話、FAX、持参または電子申込によりお申し込みください。

締切

開催日の前日(定員になり次第締め切り)

申込先 埼玉県女性キャリアセンター

TEL 048-601-5810

FAX 048-601-5811

対象

働きづらさ、生きづらさに
悩む39歳以下の独身女性

場所

埼玉県男女共同参画推進センター
(With You さいたま)

定員

10名
(先着順/新規の方優先)

費用

無料

申込方法

電話、FAX(裏面参加申込書に記入)、
電子申請にてお申し込みください。

申込締切

開催日の前日

申込・
問合せ先

埼玉県女性キャリアセンター

TEL 048-601-5810

FAX 048-601-5811

【受付時間】月～土 9:30～17:30 (日・祝・12/29～1/3・毎月第3木曜は休業日)

主催

埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま)

With You さいたま

検索

☆ カリキュラム ☆

日程	申込開始日	テーマ	QRコード*
2018年			6/29まで使用可
1回目 5/30(水) 14:00~16:00	募集中	「わたし」の気持ちはどんな味? ～クッキーで知る!?私のきもち～	
2回目 6/13(水) 14:00~16:00		アロマで「わたし」を グッドチューニング	
3回目 7/18(水) 14:00~16:00	6/1(金)	人とつながる心地よさ・ ちょうどいい距離感とは? ～SNSでのお困りごと相談～	
4回目 8/22(水) 14:00~16:00		「わたし」のからだの声をきく1	
5回目 9/19(水) 14:00~16:00	8月 予定	「わたし」をつくる食べ方を考えよう	
6回目 10/10(水) 14:00~16:00		トーンチャイムと響き合う	
7回目 11/21(水) 14:00~16:00	9月 予定	わたしが知らない「わたし」 ～手しごとのぬくもりを感じながら～	
8回目 12/19(水) 14:00~16:00		からだが発しているメッセージを キャッチしよう	
2019年			8月頃 公開予定
9回目 1/9(水) 14:00~16:00	11月 予定	「わたし」のからだの声をきく2	
10回目 1/30(水) 14:00~16:00		身近な人との関係性 ～重く感じる人と程よい距離感をとるには～	
11回目 2/20(水) 14:00~16:00	1月 予定	「わたし」のからだの声をきく3	
12回目 3/13(水) 14:00~16:00		明日のわたしへ 手紙をおくろう	

☆ おはなしカフェとは… ☆

- ★自分の生き方を模索し、自己決定していくときに
手助けとなるところ
- ★安心して自分の話したいことを何でも話してよいところ
- ★自分の体験や気持ちを語り、他人(ひと)の話もじっくり
耳を傾け、聴けるところ
- ★話したくないことは話さなくてもいいところ



昨年度のカフェの様子

参加者の声

自分の今の状態を見つめることができました。そして「これでいいんだ」と受け入れる、肯定的な気持ちにもなれました。

テーマが気になって初めて来ました。いろいろな人生を送っている人がいるのを知って、自分が一人じゃないと思えました。もっと考え方を広げて、前向きに行こうと思いました。

同じ不安を持っている人がいるのだなと安心できました。



今日も学びのある1日でした。いろいろな考え方、気持ちを感じることができたり、整理することができました。

埼玉県では各機関が連携してサポートします♪

仕事 生活 気持ち

