

Women's
Salon

くるり
@こころ

あなたに寄り添う…

こころの健康 お話し会

令和5年 | 2月 | 6日(土)

令和6年 | 1月 | 3日(土)

2月 | 10日(土)

3月 | 9日(土)

10時~
12時

参加
無料

会場:ふくいウイメンズ・オアシス(福井県生活学習館2階)

- 例えば…
- ・不安や気がかり
 - ・イライラやモヤモヤ
 - ・日々のちょっとした困りごと
 - ・些細な事だけど、今の私には大問題だったりすること
 - ・ひとりで考えて悶々としちゃうこと

スッキリしない気持ちを抱え込んでいませんか？
誰かと話すことで楽になったり、気持ちが整理できたりすることって
ありますよね。

経験豊富な精神保健福祉士(看護師)さんを囲んで、
一緒にお話しませんか。
話して、聴いて、繋がり合って。
穏やかな気持ちでいられる時間を増やしていけたらいいですね。



くるり
のお申込み



チャイルドルーム
のお申込み

(要予約)
[料金]300円/人
[対象]生後6ヶ月~6才



【テーマは決めずに、みんなで話し】

対象: 不安や心の不調を感じている女性

- ・精神的に疲れている
- ・気力がダウン、やる気が出ない
- ・感情コントロールがうまくいかない etc.

定員: 4名

ファシリテーター:野坂 幸江 さん<精神保健福祉士/看護師>

女性のためのピアサポートサロン「Women's Salon くるり」
福井県生活学習館2階の「ふくいウイメンズ・オアシス」にて毎月開催

「@わたしのカラダ」「@夫婦・家族」「@お仕事」「@育休・保活」「@おひとりさま」「@ふくい移住者」など身近な
テーマを設定し、ざっくばらんに話し合う場です。自分が語るのはもちろん、聴いているだけでも大丈夫。
参加者同士で、気持ちや経験・情報を分かち合い「ひとりじゃない」って思える時間を一緒に過ごしましょう。

ふくいウイメンズ・オアシス



■お申し込み/お問い合わせ■



ふくいウイメンズ・オアシス(運営:公益財団法人ふくい女性財団)
福井市下六条町14-1 福井県生活学習館2階
TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp

