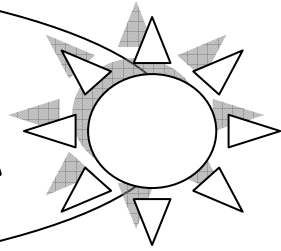


# 「ひとりで頑張る女子」 のためのメンタルヘルズ



■日時 2012年2月11日(土)午後2時～4時

■講師:大槻久美子さん(Big smile 代表・産業カウンセラー)

おひとりさまでいることがまだまだ、不自由な世の中。  
シングルでもシングルマザーでもその理由をなぜ、いちいち説明しないといけない  
のでしょうか。とにかくシングルだってお気楽ではない！と叫びたくありませんか。

- もし、自分が倒れたら誰も頼る人がいない。
- 将来の事を考えると不安でたまらない。
- 職場や親や友人に不愉快になる事を言われても言い返せない。
- 最近、疲れがとれない。
- 「自分らしく」生きるなんてどういうことかわからない。

考えれば考えるほどユウウツになっているまじめなあなたへ  
自分を楽にするために、ここはじっくり「メンタルヘルズ」について考えましょう。

講師の大槻さんは、産業カウンセラー、キャリアコンサルタントとして個人カウンセリング、企業・団体に向けてのメンタルヘルズサポート、職場復帰プログラムなどを行っています。



場所 メセナひらかた会館 第2会議室 (3階)  
 定員 シングル女性、シングルマザー 30人  
 申込 1月11日(水)から電話・FAXでウィルへ  
 参加費 無料  
 保育 先着6人 1歳～就学前児 要予約

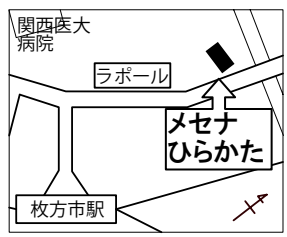
ウィルは女も男もいきいきと暮らせる社会づくりをめざす枚方の拠点施設です

## メセナひらかた 男女共生フロア・ウィル

枚方市駅より徒歩約8分



〒573-1191 枚方市新町2-1-5 メセナひらかた会館3階  
 TEL 072-843-5636 FAX 072-843-5637  
 開室時間 平日 9:30～21:00 (火曜休室) 土日祝 9:30～17:00  
 講座・イベント案内は HP でもどうぞ <http://will-hirakata.org>



【相談案内 お問い合わせ申し込みはウィルへ】

電話相談	(専用電話072-843-7860 女性のみ)	月曜日: 10:00～12:00 / 13:00～17:00	木曜日: 13:00～16:00/17:00～21:00
生き方相談	(面談 要予約 女性のみ)	水曜日 13:00～21:00	金曜日 10:00～17:00
法律相談	(面談 要予約 1人1回限り)	第2金曜日・第3木曜日 13:00～16:00	第1金曜日・第4木曜日 17:00～20:00