



埼玉県のマスコット  
コバトン

働きづらさ・生きづらさに悩む

# 若年女性のグループ相談会

# おはなしカフェ

14:00~16:00

毎月1回



7/22  
(水)

【テーマ】

「あなた」も「わたし」も大切に。  
～気持ちを言葉にしてみる～



8/19  
(水)

【テーマ】

ハンドマッサージで  
からだところのケア



9/16  
(水)

【テーマ】

ブレインヨガで  
気持ちリフレッシュ!

「働かなければいけないけれど、  
ブランクがあると、  
どこにも雇ってもらえない？」  
「対人関係が苦手なので、  
就活がづらい・・・。」

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？



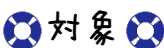
携帯電話からの申込みは  
下記QRコードをご利用ください♪



※1回の電子申込みで3回分の  
申込みが可能です。

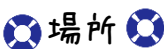
WithYouさいたま

検索

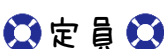


対象 おおむね40歳以下の独身女性で「生きづらさ、働きづらさ」に悩んでいる方、自立・就職をめざす方

※シングルマザー向けのおはなしカフェは別に実施しています。(毎月1回 日曜日)



場所 埼玉県男女共同参画推進センター(愛称:WithYouさいたま)



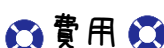
定員 10名(先着順)



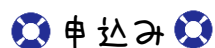
ファシリテーター



NPO法人 女性のスペーエ結



費用 無料



申込み TEL・FAX・携帯・パソコンから

主催

埼玉県男女共同参画推進センター

# 参加者の声

- 気づくことが多く、体だけでなく日ごろ使っていない脳の部分までストレッチできた感覚がありました。
- 自分の思っていることをきちんとことばにできて良かったです。それに共感してくれた人がいたのがさらに嬉しかったです。
- 自分と向き合えることができて良かったです。自由に活動をしていきます。
- 具体的な小さな目標を繰り返していく中で主体的に生きていける私になるのが大きな目標です。いろいろ書いたり話したりする中で少しすっきりしました。

## 申込方法

埼玉県男女共同参画推進センターまで、電話・FAX（下の参加申込書に記入）を送付、またはHP・携帯で応募してください。

【しめ切り】 各開催日の前日まで

ウィズユー

WithYouさいたま

〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2

Tel:048-601-3111 Fax:048-600-3802

URL:<http://www.pref.saitama.lg.jp/withyou/>

- ・毎日 開館（毎月第3木曜日と年末年始は休み）
- ・開館時間 [月～土]9:30～21:00 [日・祝]9:30～17:30
- ・駐車場はありません。

## 案内図



## 参加申込書

まずは1回  
参加してみませんか？



♪会場へのアクセス♪  
さいたま新都心駅から 徒歩5分 北与野駅から 徒歩6分

- これからの  
日程
- 10/21
  - 11/18
  - 12/16
  - 1/20
  - 2/17
  - 3/16

3月まで、  
毎月1回  
実施中  
(水曜日)

参加日	参加希望日に○をつけてください。		
	7/22	8/19	9/16
名前	ふりがな	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		
●どのようにして「おはなしカフェ」のことを知りましたか。 (例：WithYouさいたまでチラシを入手した。)			



埼玉県の  
マスコット  
コバトン

※受講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、受講後アンケートの送付及び必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。