



母との関係を見つめ直して  
自分らしく生きたい

# 娘のグループ相談会 (3回連続)

# 母と娘



実母に対するあれやこれやを、同じ悩みを持つ娘同士で語りあい、しんどい気持ちを一緒に分かち合いませんか？

## ☆第1回 母がしんどい

2020年2月3日 (月)

13:30~15:30

- ・母に心から褒めてもらったことがなかった、だからいつも気に入られるよう振舞ってきた。
  - ・母からの期待が重い。「あなたのためよ」といいながら、いつも私を支配し傷つけてきた。
- など

## ☆第2回 母の人生、娘の人生

2020年2月10日 (月)

13:30~15:30

- ・母自身の人生の傷つきに、娘という一番近い理解者としてケアを強いられてきたのではないのか・・・。
  - ・私(娘)の人生だから干渉しないで、好きにさせて認めてほしかった。
- など

## ☆第3回

自分らしく生きていくために

2020年2月17日 (月)

13:30~15:30

- ・母はハハ、私はワタシ、と思えるようになりたい・・・。
  - ・母との間に境界線を引き、私なりの距離を保って向き合うために・・・。
- など



カウンセラー：中津 陽子

(公認心理師)

会場：すてっぷ相談室

対象：実母との関係で悩んでいる女性(娘)

定員：8名 ※3回連続参加できる方優先

申込み：2020年1月6日(月)

9:30より申込開始

電話・FAX・来館で受付(先着順)

一時保育：子ども一人につき600円(税抜)

(要申込、3回分)1歳~就学前まで

保育締め切り：1月27日(月)



申し込み・お問い合わせは

電話 06-6844-9739

FAX 06-6844-9706

受付時間 月~金曜日 9-20時 土曜日 9-17時

(12~13、17~18時 水・日曜・祝日を除く)

主催 とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ

(指定管理者 一般財団法人とよなか男女共同参画推進財団)

〒560-0026 大阪府豊中市玉井町1-1-501

<http://www.toyonaka-step.jp/>



FAX:06-6844-9706

下記の内容を記入し送信してください。

講座名	3回連続 グループ相談会 「母と娘」		会場	エトレ5F すてっぷ相談室	
開催日時	2020年 ① 2月 3日(月) 13:30~15:30 ② 2月10日(月) 13:30~15:30 ③ 2月17日(月) 13:30~15:30		参加費	無料	
なまえ (ふりがな)				年代	歳代
住所	〒				
電話番号			FAX		

一時保育を申し込まれるかたは以下もご記入ください。(持ち物)手拭きタオル・着替え・お茶 ※持ち物にはすべて名前を書いてください。

一時保育料:子ども1人につき3回分600円(税抜)※相談会開始前に現金でお支払いください。保育申込締切2020年1月27日(月)

子どもの なまえ	ふりがな	年齢 歳 月	一時保育の経験は? どちらかに <input checked="" type="checkbox"/> をつけてください	<input type="checkbox"/> はじめて <input type="checkbox"/> 経験あり ( <input type="checkbox"/> すてっぷでの一 時保育は経験なし)
アレルギー の有無	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし ありの場合( )	トイレ・おむつ	おむつを( <input type="checkbox"/> している <input type="checkbox"/> していない ) トイレを( <input type="checkbox"/> いえる <input type="checkbox"/> いえない )	

☆申し込み後に一時保育をキャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

### ◆◆◆ すてっぷには女性のための相談室があります ◆◆◆

相談員はすべて女性です。個人の秘密は必ず守られますので、安心してお話していただけます。

相談のお問合せ・予約は **06-6844-9739** まで

受付時間 月~金 9:00~20:00 土 9:00~17:00

\*12:00~13:00 17:00~18:00 水曜・日曜・祝日・年末年始を除く 相談はすべて無料です。

要予約

#### カウンセリング

第1~4月・火・木曜  
第1~4土曜(各50分)

それぞれ時間があります。

#### 法律相談

面接相談

第1~3金曜  
30分(原則1回)

#### からだと心と性

面接・電話相談  
第3土曜

#### 就労相談

面接相談

しごと準備相談 第1~4月曜  
しごと活動相談 毎週木曜

#### 労働相談

面接・電話相談

第2土曜、4火曜  
第3土曜はワークライフ  
カウンセリング

予約不要

#### \*電話相談

第1~4月・火・木・金曜

#### \*働く女性のための生き方 電話相談

第1~4月・木、第1土曜  
それぞれ時間があります。

相談専用電話

06-6844-9820

#### ガールズ相談

10・20・30代女子の  
電話相談  
第1~4月・木曜