

一歩セミナーとは・・・女性が自分らしい生き方を自分自身で選びとるための学びの講座です。

参加
無料

シリーズ① ～女性のエンパワメント・入門編～

自分らしく人生を歩む一歩を踏み出してみませんか？

日々の忙しさに、自分のココロやからだを大切にすることって忘れていませんか？
日頃のモヤモヤを解消し、ココロもからだも元気になりましょう。
そして、自分らしく‘わたし’の人生を歩みましょう。

① 6月6日(木)

午後 1時 30 分～ 3 時 30 分

「女性のココロの健康と葛藤」

すぎもと しづか

講師：杉本志津佳さん

(フェミニストカウンセリング堺カウンセラー)

☆女性相談に従事し、主に性暴力被害者支援に関する
各種研修、講座の講師を務めている。
日本フェミニストカウンセラー協会理事。
ドーンセンターのカウンセラー。

② 6月13日(木)

午前 10 時～ 12 時

「からだをセルフコントロール」

たかみ ようこ

講師：高見陽子さん

(ウィメンズセンター大阪代表)

☆はるウィメンズクリニックスタッフ。
性暴力救援センター・大阪 (SACHICO) 運営委員。
女性が生涯を通じて抱えるさまざまな悩み、女性が
体験するからだ性と、性的自己決定権の確立と人権
問題としての性暴力被害等の講師を務め、女性が生
きやすい社会づくりのために活動を展開している。

③ 6月27日(木) 午前 10 時～ 12 時 「わたし家族の中の女～心のモヤモヤを解消～」

④ 7月4日(木) 午前 10 時～ 12 時 「母との関係を考える」

ふくもと いくこ

講師：福本育子さん (臨床心理士)

☆県庁を退職後大阪女子大学 (現大阪府立大学) に社会人入学。ジェンダーについて学ぶが、大学院修了時に阪神淡路
大震災が発生。兵庫県が開設したところのケアセンターで被害者のメンタルヘルスクエアに関わり心理臨床の道へ。
その後ジェンダーの学びも活かせる女性センターで臨床経験を重ね、現在は大学の学生相談やクリニックでもカウ
ンセリングを行っている。

場所：東大阪市立男女共同参画センター イコーラム 第1・2研修室

対象・定員：市内在住・在勤・在学の女性 20名

申込締切：5月30日(木) 必着 *保育の申込は各講座開催日の1週間前までに要予約

平成 25 年度 一歩セミナーシリーズ

女性のエンパワメント・入門編

- 日 時：平成 25 年 6 月 6 日（木）午後 1 時 30 分～3 時 30 分
6 月 13 日（木）、6 月 27 日（木）、7 月 4 日（木）
午前 10 時～12 時
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
第 1・第 2 研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の女性 20 名
- 参加費：無料
- 一時保育：1 歳半～就学前幼児 定員 10 名、ひとり 200 円
(申込先着順・各講座の 1 週間前までに要予約)
- 申込方法：電話またはイコーラムの窓口（申込時間は休館日
を除く午前 9 時～午後 9 時 30 分、日・祝日は午後
6 時まで）またはハガキ、FAX、メールに、住所
氏名・電話番号・FAX 番号・年代・参加動機・保
育の有無（保育希望の子どもの氏名・生年月日）を
ご記入の上、下記までお申込みください。
- 申込締切：平成 25 年 5 月 30 日（木）必着
* 申込多数の場合は抽選
* 全回参加可能な方を優先

★お申し込み・お問い合わせ★

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600
東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

Tel 072-960-9201
Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com
URL <http://www.ikoramu.com>



【一歩セミナー】

FAX 申込フォーム

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

ふりがな				職 業	
氏 名				年 代	歳代
住 所					
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	F A X	(勤務先・自宅)		
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)				
参加動機					
一時保育 希 望	有 ・ 無	(ふりがな) ----- (お子様のお名前)	生年月日	年	月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207