

# オトコのしゃべり場

# 心和みカフェ

ヒントがいろいろ！

職場・家庭で **心イキイキ** 過ごすための



「仕事」「人間関係」「健康」…… 気にかかることの多い今だからこそ、オトコ心を軽く、健康にして過ごしたい。そのヒントが、ここで手に入る！ 進行役「ハマちゃん」こと、臨床心理士の濱田智崇さんと一緒に、参加者同士、聞き合い、語り合いながら、あなたの心をスッキリさせましょう。

※「ハマちゃん」とは？…全国で初めて、男性による男性のための「電話相談」を開設した人の1人。臨床心理士として活躍。

話すことが  
苦手？  
大丈夫で  
す！お気軽  
に御参加く  
ださい。

日時	第1回 10月20日(土) 14:00~16:30 第2回 11月10日(土) 14:00~16:30 第3回 12月1日(土) 14:00~16:30
対象	日常生活の中で、気がかりなこと、迷い、とまどいなどを 感じている方、心の健康に関心がある方等、男性の皆さん
会場	県男女共同参画センターあざれあ 生活関連実習室(10/20)・502 会議室(11/10・12/1)
定員	20人(申込先着順) ※3回参加の方優先ですが、2回、1回 参加を希望する方も歓迎します。
費用	無料
持ち物	<u>好きな飲み物を持ってご参加ください。</u> ※お湯、紙コップなども用意して お待ちしております。



詳しくは、裏面を御覧ください。

主催：静岡県くらし・環境部 県民生活局 男女共同参画課