

こころのケア講座

参加費
無料



女性限定
1回 のみの
参加OK!

こんな風に感じていませんか？

どうしても
自分が悪いと
思ってしまう。

自分に
起きていることに
混乱している。

一緒にいるのがつらい。
でもパートナーから
離れられない。

自分らしく輝いて
生きていきたい。

この大きな傷つきを
どう抱えていったら
いいの？

この講座は…

DV・モラルハラスメントなどによる、こころの傷つきを理解し、
自分自身を大切にケアする講座です。
本来持っている自分の力を取り戻ししっかりと回復していきましょう。

日程とテーマ

令和7年
(2025年)

6/14 (土)

DV・トラウマを理解する

8/23 (土)

境界線～自分を守り人間関係の距離を考える～

10/ 4 (土)

「私らしさ」を大切にするために

12/13 (土)

精神的暴力・モラルハラスメント

令和8年
(2026年)

1/24 (土)

育った環境・子どもへの影響

3/28 (土)

傷つきによる喪失と深い悲しみ

～DVによって失ったものへの気づき～

時間は全ての日程で10:00～12:00です。
日程・内容が変更になる場合があります。

- 対 象: DV (夫や恋人からの暴力) などの被害に遭った市内在住の女性
※精神的暴力を含む
- と こ ろ: 参加者の方のみお伝えいたします
- 定 員: 先着5人・1回のみ参加可
- 一時保育: 各開催日の7日前(休所日、臨時休所日を除く)の17:00までに要申込
(1歳以上の未就学児、定員あり、有料)

参加ご希望の方は
電話でお申込みください

☎ 072-622-5757

【主催・お問い合わせ】

📍 茨木市・茨木市配偶者暴力相談支援センター

