

追加募集(2人)

参加
無料

連続
講座

保育
あり

自分の心と会話しよう♪

～今の自分を知って一歩ふみ出す～

ちょっとモヤモヤする
なあ…

女性だから仕方
ないのかな？

家のこと、家族のこと、
全部私の役割？

これって私だけ？

日々の生活の中で、「きっと幸せなんだろうけど、何となく不安、不満…」
「なんだろう、この気持ち」「○○したい!でも…」こんなしっくりこない気持ちはありませんか？

そこに潜む本音に目を向ける講座です。ひとりで抱え込むよりココロが軽くなるかも♪



	日程	テーマ・内容	講師
第1回	11/18(木) 10:00～12:00	見つめよう、私の気持ち ～モヤモヤに隠れた本当の思い～	NPO 法人 女のスペース・ にいがた代表 朝倉 安都子さん
第2回	11/26(金) 10:00～12:00	決めるのは私 ～私の人生は私が創る～	

◇ 会 場 : 万代市民会館 4階 403・404 大研修室

※駐車場はありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか、公共交通機関でお越しください。

◇ 対 象 : 女性

◇ 募集人数 : 2人 (応募多数の場合は抽選)※

◇ 保 育 : 生後6か月から就学前まで 4人 (要予約・無料)

◇ 申込方法 : 裏面参照

◇ 申込締切 : **10月22日(金)**

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で延期した9/8、9/22の講座を開催するものです。
2人のみの追加募集となります。

講師紹介

朝倉 安都子さん NPO 法人 女のスペース・にいがた 代表



第一子妊娠中に受けた公民館の講座から自主グループができ「子どもの権利条約を考える会」に発展し、約 20 年活動する。

その頃「にいがた女性センター基本構想案」づくりに参加。以来、にいがた女性会議会員、女性センター企画委員、日本女性会議副代表など、女性問題や子どもの問題の学習と活動に関わる。

1994 年開設した「女のスペース・にいがた」に、準備会から参加しスタッフとなる。現在代表。

サポートグループ「話す・聞く会」（「パートナーとの関係を考える会」改め）を主宰。

2006 年から高校、短大、大学で「デートDV防止セミナー」の講師を務める。「デートDV防止セミナー」は、中学校や特別支援学校へも広がっている。

申し込み方法はこちら

【電話】025-246-7713

*月曜～金曜(土日及び祝休日を除く)
8:30～17:30

追加募集
締切
10/22

【かんたん申込み】



スマートフォン⇒右の二次元コードを読み取ると
から「かんたん申込み」画面につながります⇒



PC から⇒新潟市役所 HP 内<アルザにいがた>→<新着情報>の
講座募集情報から「かんたん申込み」画面につながります

アルザにいがた



Twitter やってます♪



Twitter への登録とアルザにいがたの「フォロー」
を行うと、自動的に更新情報が届きます♪

講座情報

ジェンダーのつぶやき

新着図書を紹介

問い合わせ



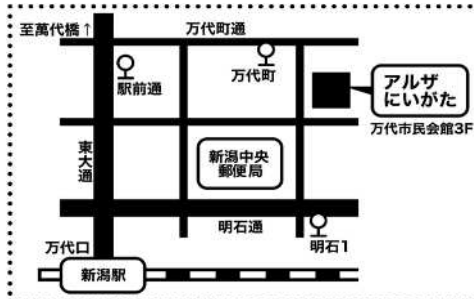
アルザにいがた
新潟市男女共同参画推進センター

～2021年8月で開館30年目を迎えました～

〒950-0082
新潟市中央区東万代町 9-1(万代市民会館3F)
TEL:025-246-7713
FAX:025-246-8080
E-mail:alza@city.niigata.lg.jp



アルザにいがた HP



◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。