

Women's
Salon

くるり

@こころ

毎日なんだかとっても疲れるの…。

私は、“繊細さん(HSP)”？

令和6年8月4日(日) 10:00~12:00

会場：ふくいウイメンズ・オアシス
(福井県生活学習館2階)

人より敏感すぎるんだろうか…
人に気を使いすぎて相手に合わせすぎるのかな…
そんなふうに悩んだことはありませんか？

HSPは、Highly Sensitive Personの略で、感受性が強く感情や感覚に非常に敏感で繊細な気質のこと。
“繊細さん”という言葉も使われます。
普通の生活をしているだけなのに、毎日とても疲れるというあなたは、もしかしたら…繊細さんなのかも。

心理士さんを囲んでみんなで話して、
自分らしく、ラクに暮らすヒントを見つけにきませんか。

講師&助言：

安立 奈央 さん(臨床心理士/公認心理師)

*ミニ講座&
質疑応答含めて参加者みんなでフリートーク



くるりのお申込み



チャイルドルーム
(要予約)
お申込みはこちら



[料金]300円/人
[対象]生後6ヶ月~6才

参加
無料

対象 ・傷つきやすいことで悩んでいる女性
・テーマに関心のある女性

定員 8名

女性のためのピアサポートサロン「Women's Salon くるり」
「ふくいウイメンズ・オアシス」にて毎月開催

「@わたしのカラダ」「@こころ」「@夫婦・家族」「@お仕事」「@育休・保活」「@おひとりさま」「@ふくい移住者」など身近なテーマを設定し、ざっくばらんに話し合う場です。自分が語るのももちろん、聴いているだけでも大丈夫。
参加者同士で、気持ちや経験・情報を分かち合い“ひとりじゃない”って思える時間を一緒に過ごしましょう。

ふくいウイメンズ・オアシス



■お申し込み/お問い合わせ■

ふくいウイメンズ・オアシス

(運営:公益財団法人ふくい女性財団)

福井市下六条町 14-1 福井県生活学習館2階

TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp



Fukui SDGs
Partner

