

# キーワードは、 バウンダリー (境界線)！

頭の中が？マークでいっぱい  
になっている方、  
お勧めです！  
(性別問わず、ご参加いただけます)

ふくいウイメンズ・オアシスで開催している、少人数でのお話し会「ピアサポートサロン」。  
女性同士で話し、聴き、共感し、気持ちを楽にしましょう時間です。  
そこで語られる様々な悩み…。多くは、人間関係に起因している気がします。

プライベートな話題、むやみに聞けないし…、何が良くて、何がNGなのか…  
相手にNOを言いにくい、どうしたらうまく伝えられるんだろう…  
人間関係で傷つきやすい、気を使いすぎて疲れやすい…  
良くなってほしいから指摘するのに、「圧を感じる」って言われると何も言えない…

職場でも、家庭でも、地域でも、学校でも、自分の属するコミュニティで、誰だって心地よく居たいですよね。  
関係性が良ければ、仕事だって日常の活動だって、パフォーマンスが上がるはず。

そのために、「バウンダリー(境界線)」について、いろいろな場面を想定しながら、  
男女お二人の心理士さんと一緒に、堅苦しくならずにみんなで考えてみませんか。

令和8年 **3月22日(日)** 10:00~11:30

会場 福井県生活学習館  
(ユー・アイふくい)

対象 企業、教育・福祉関係者、  
テーマに関心のある方

講師

臨床心理士/公認心理師

黒田 優希 さん(こころの森病院)

荒井 彩也香 さん

お申込み  
定員 30名  
(無料/先着順)



主催:(公財)ふくい女性財団(県生活学習館委託事業)  
女性の悩みや不安を知る講座  
令和7年度テーマ:見えにくい困難(困りごと)に学ぶ

■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 生活学習館2階  
TEL 0776-89-1008  
Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp

\*託児のお申し込みは、ふくい女性財団のHPからお願いします。

女性のためのピアサポートサロン  
「こころ」「カラダ」「夫婦・家族」「お仕事」など身近なテーマを設定し、  
少人数でざっくばらんに話し合う場です。  
当事者団体による「ピアサポーター連携サロン」もあります。

