

自助グループ ゆっくり

摂食障害 当事者・経験者のためのピアサポート

ピアサポートとは、同じ問題や環境を体験する人が
対等な関係性の仲間で支えあうことをいいます
今の想い、不安や生きづらさ、心の変化などを話し、聴くことで
いろいろな気持ちを分かちあい
自分だけではないと思えたり、心の奥底にある想いに気づいたり
心を少しでも軽くしていける場になればと願います

～誰もが安心できる場であるために～

- ・ この会で聞いた内容は、外に持ち出さない、話さないようお願いしています
- ・ 自分自身で考えることを大切にし、考えの押しつけや否定的な言葉は控えています
- ・ 話したくない、言いたいことがない時は、無理に話さなくても大丈夫です
- ・ 時間に限りがありますので、話す時間を分け合うようお願いしています

日 時：月2回（開催場所が休館の場合は変更になります）

第1木曜日 13:30～16:00 及び 第2日曜日 13:00～15:00

※ 開催時間内でご都合に合わせてお越しください

場 所：生活学習館（ユウ・アイふくい）2F「ふくいウィメンズ・オアシス」

※ 託児所あり（要ネット予約 300円/人）



参加対象：本人、経験者（定員10名）

会 費：なし

主 催：（公財）ふくい女性財団・自助グループ ゆっくり

【申し込み・問い合わせ】

TEL 0776-89-1008（ふくいウィメンズ・オアシス）

URL https://www.f-jhosei.or.jp/womens_oasis/

TEL 080-6221-3580（自助グループ ゆっくり 事務局）



【令和3年度開催日】

9/2（木）	9/12（日）
10/7（木）	10/10（日）
*11/5（金）	11/14（日）
12/2（木）	12/12（日）
1/6（木）	1/9（日）
2/3（木）	2/13（日）
3/3（木）	3/13（日）

*11/4（木）休館日のため

