彩の国
埼玉県

無料
要申込

女性と女の子の「あばたー広場(交流会)」

令和8年12月16日(水)

◆ 10:00～10:50(定員10名) ◆

「夫やパートナーのことでモヤモヤする…」と感じることはありませんか？

「気持ちが通じ合っていない気がしてつらい…」
「お互いを尊重できず、関係がギクシャクしている…」 など、
夫やパートナー、交際相手との関係で悩みを抱えていませんか？
同じような悩みを抱える方たちとお話をすることで、心が軽くなるかもしれません。
心の中のモヤモヤを一緒に吐き出してみませんか。

◇ 11:10～12:00(定員10名) ◇

「つい悪い方へ考えてしまう…」と感じることはありませんか？

「どうせうまくいかないかもと、悪い結果ばかり想像してしまう…」
「気づくとマイナスなことばかり考えている…」 など、
人間関係や仕事、日々の出来事で、気づくとつい悪い方向へ考えてしまい、
心が疲れてしまうことはありませんか？
同じ思いを抱える方とお話することで、気持ちを楽にするヒントが見つかるかもしれません。
ひとりで抱えこまずに、誰かとお話してみませんか。


コバトン&さいたまっち

当センターHPから
お申込みください。

「あばたー広場」は、同じような悩みや不安を抱えた女性同士で、
自由にお話をしていただく場です。
臨床心理士や公認心理師の資格を持つ相談員が
お話をお聴きして、進行します。
県が運営する「バーチャル埼玉」で実施します。
対象の方は、埼玉県在住、在勤、在学の女性です。
アバターになってお話してみませんか？

「バーチャル埼玉」

With You さいたま(埼玉県男女共同参画推進センター)
☎048-601-3111 ✉ m013111@pref.saitama.lg.jp