



ふらっと

2022
春

No.65

桜の花の便りが聞かれる頃になりましたが、みなさんお元気でお過ごしでしょうか？

今年度もさまざまな講座の開催を予定しております。新しいことに会うことは、人生における喜びの一つです。新たな自分らしさを発見するためにも、是非みなさんのご参加をお待ちしております。

ウイズコロナにより日常生活も大きく変化した近年、みなさんのご健康とご多幸を心よりお祈りしています。

男女共同参画センターウイズ とは？

知多市ふれあいプラザ 1階にあります。主な事業は

- ①女性のためのカウンセリング（詳細は裏面）
- ②男女共同参画センターだより「ふらっと」の発行
- ③男女共同参画にまつわるさまざまな講座
- ④ライブラリーにての図書の貸出し

昨年度開催した主な講座

●アロマ講座（8月、1月）

アロマの香りが脳の活性化やリラックスの効果があることを学び、自分の好きな香りを調香しマスキスプレー・ルームスプレーの作成をしました。

●コミュニケーション改善講座

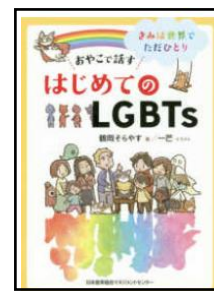
フェミニストカウンセラーを講師に迎え、自分の気持ちの整理や、相手とよりよい関係を築くにはどうすればよいか考えました。

など全10講座開催しました

新着図書の紹介



自分は特に取り柄のない「フツな人」なんて思ってる方は是非読んでください。あなただけの良さがきっと見つかります！



「答えづらいけど生きていくうえで大切なこと」を親子で一緒に考えていきましょう



申込み・問合せ

TEL 0562-56-6305

※ 火曜日～日曜日の 9:00～17:00 受付（月曜休館）

〒478-0065 愛知県知多市新知東町 2-7-2
（知多市ふれあいプラザ内）

※各種情報は、ウイズのホームページにも掲載してあります。右記QRコードよりぜひ一度ご覧ください。

E-mail with@ma.medias.ne.jp

2022年4月発行



講座開催のお知らせ

5月4日

受付開始

★ヨガでココロとカラダを整えよう！

日時：①5月24日(火)～誰でも簡単ほぐしヨガ

②5月31日(火)～自分をゆるめるリラックスヨガ
いずれも10:00～11:30

定員：各15名(申し込み順)

講師：水谷祐子さん(ヨガインストラクター)

参加費：各300円

5月4日

受付開始

★仕事や家事と介護の両立について

①日時：6月11日(土)10:00～12:00

●知っておきたい「認知症」

講師：立山慎一郎さん(医師)

定員：40名(申し込み順)

参加費：無料

②日時：6月18日(土)10:00～12:00

●認知症とともに暮らしていくために

講師：尾之内直美さん

(公益社団法人認知症の人と家族の会)

定員：40名(申し込み順)

参加費：無料

★親になったら知っておきたい性教育の話(仮)

7月中旬 日程調整中

※各講座、託児付きで開催予定です。(要予約)

場所はすべてふれあいプラザ内で実施予定。

各講座の詳細は広報に掲載しますので、

そちらをご確認ください。

その他の講座についても開催検討中です！

こんな講座を開いて欲しいなどご要望があれば、是非お聞かせください。

相談予約・お問合せ

電話 0562-56-6305

※ 受付時間 9:00～17:00(月曜休館)

※ 詳しい相談日はお問合せください。

※ 予約がすぐに埋まってしまう場合がありますので、相談を希望される方は、早めのご予約をおすすめします。

女性のためのカウンセリング

知多市男女共同参画センターでは、毎月第1～第4木曜日「女性のためのカウンセリング」を行っています。

(第5木曜日は実施していません)

※定員：1日5人 ※相談時間：1人50分以内

※相談方法は、原則として面談相談

※秘密厳守

女性が抱える悩みなら、どんなことでも構いません。

専門の女性カウンセラーが、あなたの悩みや不安を個別にお聴きし、心の整理や自信回復のお手伝いをします。

お気軽にご利用ください。

令和4年度 カウンセリング時間帯

【第1・3木曜日】

【第2・4木曜日】

①10:00～10:50

①13:30～14:20

②11:20～12:10

②14:50～15:40

③13:00～13:50

③16:10～17:00

④14:20～15:10

④18:10～19:00

⑤15:40～16:30

⑤19:30～20:20

□は第2・4木曜日の時間帯です

月	相談日(木曜日)	月	相談日(木曜日)
4	7・ ☐ 14・21・ ☐ 28	10	6・ ☐ 13・20・ ☐ 27
5	5・ ☐ 12・19・ ☐ 26	11	3・ ☐ 10・17・ ☐ 24
6	2・ ☐ 9・16・ ☐ 23・ 30	12	1・ ☐ 8・15・ ☐ 22・ 29
7	7・ ☐ 14・21・ ☐ 28	1	5・ ☐ 12・19・ ☐ 26
8	4・ ☐ 11・18・ ☐ 25	2	2・ ☐ 9・16・ ☐ 23
9	1・ ☐ 8・15・ ☐ 22・ 29	3	2・ ☐ 9・16・ ☐ 23・ 30

第5木曜日は実施していません



ご寄付ありがとうございました

前回号で書き損じはがきの寄付について掲載したところ、センターに沢山の方がお持ちくださいました。

温かいご支援・ご協力ありがとうございました。

なお引き続き書き損じはがきを募集しています。ご協力よろしくお願いします。