

# 自分を 好きになるための講座



自分に自信が持てない、周りからどう思われているのかが気になる、自分のことよりいつも相手のことを優先してしまう・・・。

自分を好きになるための講座では、自分に向き合う作業を通してありのままの自分を認めて、自分自身を大切にできる力を取り戻していきます。

「私らしさ」を再発見してみませんか？



講師

NPO 法人  
ウィメンズスペースふくしまスタッフ

- ☆対象：女性
- ☆定員：30名（先着順）
- ☆持参物：筆記用具・マスク
- ☆申込〆切：1月22日（土）まで
- ☆応募方法：電話・窓口
- ☆受付時間：午前8時30分～午後5時15分  
（第3日曜日を除く）

令和4年

1月29日（土）

時間：10時～12時

会場：さんかくプラザ

（郡山市男女共同参画センター）



※新型コロナウイルス感染拡大状況により延期または中止になる場合がございます。最新情報はwebサイトをご確認ください。

【お問合せ先】

さんかくプラザ

郡山市男女共同参画センター

（公益財団法人郡山市文化・学び振興公社）

〒963-8876 郡山市麓山二丁目9-1

TEL024-924-0900

## 新型コロナウイルス感染症拡大予防のお願い

さんかくプラザの利用にあたっては、「新しい生活様式」を踏まえ、感染拡大防止のご協力をお願い致します。

- (1) 人との間隔を空け、身体的距離の確保
- (2) 「マスクの着用」と「咳エチケット」
- (3) こまめな「手洗い」や「手指消毒」

ワクチン接種後であっても

◎当日は検温し、次の症状がある場合のご来場はご遠慮ください。

- ・当日を含め過去2週間以内に発熱  
（受診や服薬等により解熱している状態も含む）
- ・呼吸器症状（咳、くしゃみ等）がある
- ・感染拡大している地域や国への訪問歴が14日以内にある

「自分を好きになるための講座」

ふりがな				
氏名		年代	代	TEL

個人情報は受付名簿作成のために使用します。目的以外に使用することはありません。