

# 女性の @yamagata エンパワメント講座

母親、姑、娘、妻、会社員、パートさん...さまざまな役割を背負って生きている私たち。  
気付けば、周囲や家族から”期待される自分”に慣れすぎてしまっていないか。  
本当に自分がやりたいことって何だったかな？ 本当の私ってどんな人だったかな？  
忙しい日常の中で立ち止まって、そんなことをふと考える時間をもってほしい。  
そして、その”本当の自分”を誰かと分かち合ってほしい。  
この2回の「女性のエンパワメント講座」は、そのような目的をもとに組み立てられています。  
ぜひ、役割を脱いだ自分を見つけてみてください。

10.29

SAT

山形県男女共同参画センター  
チェリア  
/online

ハラスメントをやっつけろ！

## 社会学に学ぶ イヤな相手への対処法

■ 開催日時 / 2022年10月29日(土) 14:00~16:00

■ 会場 / 山形県男女共同参画センター チェリア(2F学習室)  
山形市緑町1-2-36(遊学館内)

【講師】女性応援NPO Sisterhood運営委員  
滝口 克典 氏



# 1 harassment

# therapy

11.20

SUN

山形テルサ  
/online

自分を大切にする時間

## 大人のための 絵本セラピー

■ 開催日時 / 2022年11月20日(日) 14:00~16:00

■ 会場 / 山形テルサ(研修室A)  
山形市双葉町1-2-3

【講師】絵本セラピスト協会®認定 絵本セラピスト 村松 由里子 氏



「わたし」を取りもどす時間。

# 2