

対人援助職・支援者向け

ストレスマネジメント & ボディワーク ～ 心とからだの休日 ～

つい、無理をしたり、自分のことを後回しにしたり…
こんなに頑張ってるのにうまくいかない…
力の抜きどころが難しいことも多いと思います。
自分も相手も心地よい関係のなかで長く支援を続けるために
今日はお休み！自分のための時間を持ってみませんか？



- 日時** 2017年3月11日(土)
13:00～16:30 (受付 12:30～)
I部:13:00～ ストレスマネジメント
II部:15:00～ ボディワーク
- 会場** 神戸市男女共同参画センター(あすてっぷKOBE)
セミナー室 (裏面地図参照)
- 参加費** I・II部両方 500円 当日支払
(いずれか1部のみ 300円)
- 定員** I・II部各 20名 先着順
- 対象** DV被害者支援等、対人支援をされている方
(II部は女性のみ)



<申込・問合せ> ^{ハイビス}HYVIS事務局(NPO 法人フェミニストカウンセリング神戸:TEL078-360-6211)

裏面の申込事項①～④を記載のうえメール(hyviskouza@yahoo.co.jp)またはFAX(078-360-6211)でお申込みください。

HYVIS ホームページ(<http://hyvis1.jimdo.com/>)からも確認、お申し込みができます。

※定員に達し、入場をお断りする場合のみ、ご連絡を致します。

*** ひょうご DV 被害者支援連絡会(HYVIS:ハイビス)は、**

兵庫県内のすべての女性と子どもが、安心してすこやかに暮らせる環境作りに貢献することを目的に、DV被害者支援活動を行っている民間の相談機関と個人が集まり、2003年5月から活動しています。DV被害当事者の立場に立ったよりよい支援のために、情報交換や学習会などを行っています。

<構成団体>

アジア女性自立プロジェクト／特定非営利活動法人 女性と子ども支援センター ウィメンズネット・こうべ
NGO 神戸外国人救援ネット／W・S ひょうご／C サポート・こうべ／性暴力被害者支援センター・ひょうご
特定非営利活動法人 フェミニストカウンセリング神戸(事務局)

I部：ストレスマネジメント

川喜田 好恵 さん

フェミニストカウンセラー 大学卒業後、組織開発・人間関係トレーニングなどに関わった後、米国の大学院でカウンセリングを学ぶ。大阪府立婦人会館カウンセラーなどを経て、大阪府立女性総合センター(ドーンセンター)の設立、2009年まで相談及び事業担当コーディネーター。現在は、日本DV防止・情報センター運営委員、日本フェミニストカウンセラー協会理事、堺市などで男女共同参画審議会委員などを務めるほか、全国の女性センターの相談事業のスーパーヴィジョン、自己表現トレーニング、ドメスティック・バイオレンス防止などの活動を行っている。

II部：ボディワーク

栗岡 多恵子 さん

宝塚歌劇団退団後、クリオカジャズダンススタジオ主宰を経て、現在 Brisa 主宰。自身の体験に基づいた‘傷つきからの回復のためのボディワーク’を各地で行っている。体操でもストレッチでもない、アロマテラピーや呼吸法・きれいな姿勢を保つためのウォーキングなどを取り入れた「栗岡式ボディワーク」を展開中。無理をしない、その人らしさを大切にするワークが好評を得ている。四條畷学園大学看護学部非常勤講師。

ひょうごDV被害者支援連絡会(HYVIS)公開講座 申込書

- ・メール(hyviskouza@yahoo.co.jp)またはFAX(078-360-6211)でお送りください
- ・ご記入いただいた個人情報は、本講座のお申込み以外には使用いたしません。
- ・申込書の確認をもって受付とし、定員を超えてお断りする場合のみこちらからご連絡いたします。

①お名前 ふりがな _____

②ご所属(差し支えなければ) _____

③連絡先 _____

(お屋間ご連絡のつく電話番号、またはメールアドレスをご記入ください)

④参加希望 I・II両方 Iのみ IIのみ

(いずれかに☑を付けてください)

会場

あすてっぷKOBЕ(神戸市男女共同参画センター)

神戸市中央区橋通3丁目4番3号

- ・高速神戸駅から北へ徒歩3分
- ・市営地下鉄大倉山駅から南へ徒歩3分
- ・市営地下鉄ハーバーランド駅から北へ徒歩7分
- ・JR神戸駅から北へ7分

