

参加無料
一時保育あり

HSP

開催日

9/9(土)

14:00~16:00

良さを活かす考え方とコミュニケーション

告知

9/30(土)

14:00~15:00

定員 10名

語り合いの会だけの参加もOKです!

「語り合い」のチラシやHPをご覧の上、お申し込みください

「HSPの語り合いの会」

HSPさんが日々感じている様々な想いを、少人数で語り合いませんか? 横山先生がファシリテートしますので、安心安全にお話しいただけます。

(内容の詳細は「語り合いの会」チラシやウィズあかしHPでご確認ください)

5人にひとりいる、と言われているエッチエスピーさんは、とても繊細で敏感な人です。繊細さんの抱える悩みを軽くする「考え方」や「対処法」を学んで、日常生活を少しラクにしませんか。

音や光、匂いの刺激がしんどい
つい人のことを優先させて、疲れてしまう...
いつも自分のことを責めてしまったり、つらい
ささいなことが気になって、ぐったりしてしまう

場所 複合型交流拠点ウィズあかし(アスパア北館)7階 704

対象者 もしかしたら自分はHSPかも?と感じている方

参加費 無料

定員 30名(先着順)

一時保育 1歳半~就学前の幼児(定員5名/保険料としてお子さま1人につき100円/要申込)

申し込み 7月19日(水)より受付開始。詳細は裏面に記載

講師

会話の泉 事務局長
コミュニケーションサポーター

横山由紀子さん
(講師紹介は裏面)



気軽に参加してください!

元気がもらえる!
と人気の講師に今年度もお話しいただけます

明石市東仲ノ町 6-1 アスパア明石北館 7~9階

複合型交流拠点ウィズあかし
あかし男女共同参画センター

運営:一般財団法人明石コミュニティ創造協会

☎ (078)918-5603



©JR・山陽電車「明石駅」より徒歩約3分
◎お車で越しの際は、アスパア明石駐車場(有料)等をご利用ください

講師紹介

「会話の泉」 事務局長 コミュニケーションサポーター 横山由紀子さん



娘はHSPであるがゆえに、鈍感な母親や周囲の感覚の違いに傷つき、小学6年生で不登校になった。娘と会話ができなくなって初めて自分の価値観を押し付けていたことに気づき、そこから「話が聴けるお母さん」を目指して学びが始まった。講師自身が変わったことで親子関係は劇的に改善され、コミュニケーションの大切さを痛感する。その経験から「私も大切、あなたも大切」をモットーに「気持ちを大切にコミュニケーション」を広めるために全国で講演活動を展開している。

複合型交流拠点ウィズあかしまでお申し込みください

- ▶ 電話： 078-918-5603
- ▶ FAX： 078-918-5618
- ▶ 持参： 下記申込書を窓口まで持参（受付時間 9時～21時）
（月曜日は休館。祝日と重なる場合は翌平日が休館）
- ▶ メール： 件名を「HSPセミナー」として、下記申込書の内容を本文に入力し oubo@withakashi.jp までお送りください

*申し込みにあたってお預かりする個人情報は、本相談以外の目的で使用することはありません。

HSPの良さを活かす考え方とコミュニケーション 開催日：9/9(土) 参加申込書

申込日	2023年			月	日
ふりがな お名前				年代	歳代
住所	<input type="checkbox"/> 明石市内 <input type="checkbox"/> 神戸市 <input type="checkbox"/> 加古川市 <input type="checkbox"/> その他 ✓を入れてください				
連絡先	電話:		メールアドレス:		
一時保育の希望	() 希望する () 希望しない ※○を()内にいれてください				
対象：1歳半～就学の幼児	お子さま①	ふりがな お名前:	年齢:	歳	ヵ月
お子さまひとりにつき、保険料として100円必要です	お子さま②	ふりがな お名前:	年齢:	歳	ヵ月