



# シングルマザーの応援フェスタ2019.9.21



「わたしも子どもも、自分らしく。」

講師：田中志保

(シングルペアレント101代表)

## <プロフィール>

離婚前後のひとり親に情報提供、食糧提供を行う。離婚を考える母親のための『プレ・シングルマザー手帖』著。静岡市母子会職員として「ひとり親家庭相談窓口」を担当、ソーシャルワークも行う。



ファシリテーター 全日空OG会有志

全日空キャビンアテンダントOG会。さまざまな社会経験や職業スキルを活かし、社会貢献活動を行う。シングルマザー経験者もあり、女性の支援に尽力しています。



☆昨年、参加された方々の感想より

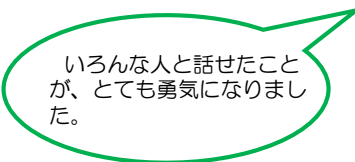
華やかな気持ちになりました。



## はなみずき女性支援センター

当センターは、2008年8月に「すべての女性が自分の人生を主体的に選択し、納得のいく人生を実現できる社会をつくるための志(支)援金」として大阪府内在住の女性から頂いた寄附金をもとに創られた「はなみずき基金」を活用し、運営しております。また、当趣旨にご賛同くださった企業の皆さまからもご寄附を頂いております。まことにありがとうございます。

はなみずき女性支援センター  
センター長 白井 文



いろいろな人と話せたことが、とても勇気になりました。



さまざまな職種の方がいて、とても参考になりました。

## はなみずきセミナー次回のご案内

### ◎第3回

2019年11月30日(土) 14:00~16:00 ドーンセンター(4F) 大会議室3

「頑張っているあなたに、ご褒美の時間を☆〜フェルデンクライスレッスン〜」

講師：上山幸恵(エコ・マイセルフ代表、健康運動指導士)

心地よいカラダの動きを通して、体をほっと緩めましょう。誰かのマネをしなくていいのが、このレッスンのポイント！ことばに耳を傾け、自分のペースで動いていると、ゆったりした心地良さに包まれます。楽しみながらその感覚を味わってみませんか。

### ◎第4回

2020年2月29日(土) 14:00~16:00 ドーンセンター(5F) 視聴覚スタジオ

「わたしを大切にしながらの子育て」(仮題)

講師：宮本由起代(NPO法人心のサポート・ステーション代表理事)

お母さんの笑顔は、子どもの笑顔につながります。日々、がんばっている自分をセルフケアして、子どもと向き合う方法をみんなで語り合しましょう。みんなで共有すれば、日常のヒントを見つけやすくなりますよ。

## グループ・キャリアカウンセリング

少人数のグループで、これからの仕事、生活、人生について一緒に考えませんか。

対象：プレ・シングルマザー、シングルマザー

期間：2020年1/23、2/6、2/20 10:00~11:30(全3回 木曜日)

講師：乙倉恵子(教育・心理・キャリアカウンセラー)

会場：ドーンセンター 小会議室(予定)

費用：無料 一時保育：無料(要予約、各2週間前締切)

秋以降に詳細を当財団HPに掲載します。HPをチェックしてください！

主催：ドーン財団(一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)