

ひろがるまちのひろば

大人のしゃべりば

● カウンセリングを自分の生活に生かして、気持ちを楽に

大人のしゃべり場は、少しでも気持ちを楽に暮らせるよう、みんなで話し合いながらカウンセリングマインドを学ぶ場です。毎月2回開催し(第2・第4日曜、午後1時～3時半。参加費300円)、テーマに基づき、運営スタッフからの説明の後、参加者同士で話し合っています(5月14日は「セルフカウンセリング(自己解決法)」、同28日は「ストレスに気づく(ストレスの対処法)」がテーマ)。毎回12人程度が参加していて、参加者からは、「他の人の意見に触れて考え方が広がった」、「利害関係がなく、率直に意見を言い合える」といった声が聞かれました。



運営スタッフと参加者の皆さん

平成12年に始まった大人のしゃべり場には、長年参加している人も多く、また、参加者から運営スタッフになる人もいて、カウンセリングに触れてみたいと思いついた人の居心地の良い場となっていました。

一緒におしゃべりしてみませんか。

所 小杉町二丁目町内会館 (小杉町 3-239)

問 大人のしゃべり場運営スタッフ代表那須 ☎044-711-5321 (平日 10時～20時)

区役所企画課 ☎044-744-3152 FAX 044-744-3340