



女性と女の子の 「あばたー広場(交流会)」

令和8年12月16日(水)

◆ 10:00~10:50(定員10名) ◆

「夫やパートナーのことでモヤモヤする…」と感じることはありませんか？

「気持ちが通じ合っていない気がしてつらい…」

「お互いを尊重できず、関係がギクシャクしている…」など、

夫やパートナー、交際相手との関係で悩みを抱えていませんか？

同じような悩みを抱える方たちとお話することで、心が軽くなるかもしれません。

心の中のモヤモヤを一緒に吐き出してみませんか。

◇ 11:10~12:00(定員10名) ◇

「つい悪い方へ考えてしまう…」と感じることはありませんか？

「どうせうまくいかないかもと、悪い結果ばかり想像してしまう…」

「気づくとマイナスなことばかり考えている…」など、

人間関係や仕事、日々の出来事で、気づくとつい悪い方向へ考えてしまい、

心が疲れてしまうことはありませんか？

同じ思いを抱える方とお話することで、気持ちを楽にするヒントが見つかるかもしれません。

ひとりで抱えこまずに、誰かとお話してみませんか。

当センターHPから
お申込みください。



「あばたー広場」は、同じような悩みや不安を抱えた女性同士で、自由にお話をしていただく場です。

臨床心理士や公認心理師の資格を持つ相談員がお話をお聴きして、進行します。

県が運営する「バーチャル埼玉」で実施します。

対象の方は、埼玉県在住、在勤、在学の女性です。

アバターになってお話してみませんか？

「バーチャル埼玉」



コバトン&さいたまっち