

プレパママ  
におすすめ！  
無料託児付

# 家族がもっとHappyになる!! 2人で話してみよう きいてほしい〇〇のキモチ

## アンガーマネジメントと家事シェアで Happy Life に！

産前・産後など、生活リズムが変わるときは、  
2人の関係が大きく変わるタイミングです。  
ついついイライラしちゃったり、自分ばかりが  
大変と感じてしまったり。

そんな気持ちを上手にコントロールして、  
お互いの気持ちを話し合える関係をつくり、  
さらにHappyな家族になりましょう！



参加費  
お一人  
500円

# 3月17日(土) 13:00~15:30

会場：エソール広島（広島市中区富士見町11-6）

### ▶ 第一部

#### アンガーマネジメントで イライラをハッピーに変身！

講師：棚多里美

アンガーマネジメント  
ファシリテーター



### ▶ 第二部

#### 家事ってやっぱり コミュニケーション

講師：北 佳弘

PaPaLife研究所代表  
(一社)パパフレンド協会代表理事



対象：主に、これから育児にはいる、育児中、妊娠中の夫婦・カップル等  
(テーマに興味のある方はお問い合わせください)

定員：15組程度

託児：無料（6か月～就学前まで・1週間前までに要予約）

申込：電話・FAX（裏面の申込用紙をご使用ください。）・Eメールまたは  
当財団ホームページの申込フォームよりお申し込みください。



主催・お申込み・お問合せ

公益財団法人広島県男女共同参画財団 〒730-0043 広島市中区富士見町11-6

TEL 082-242-5262 FAX 082-240-5441 Eメール essor@essor.or.jp

HP <http://www.essor.or.jp>

エソール広島

検索



FAXでお申し込みの方はこの用紙にご記入の上、そのまま送信してください

**送信先 FAX 番号 → 082-240-5441**

フリガナ		年齢
お名前		
フリガナ		年齢
お名前		
連絡先 ご住所	〒	
連絡先 電話番号		FAX 番号
Eメール	当財団では、講座やセミナー等の事業をメールマガジンにてご案内しております。メールによる案内を希望される方は、Eメールアドレスをご記入ください。 <input type="checkbox"/> 既に登録済み	
託児希望 (無料)	有 ・ 無 (どちらかに○をしてください) 有りの場合: 人数 人 (年齢: 歳 か月・ 歳 か月)	
この講座をど ちらで知りまし たか?	<input type="checkbox"/> チラシを見て <input type="checkbox"/> 知人・友人を通して <input type="checkbox"/> 新聞を見て <input type="checkbox"/> ミニコミ誌を見て <input type="checkbox"/> 当財団ホームページを見て <input type="checkbox"/> 当財団メールマガジンを見て <input type="checkbox"/> 当財団の他の事業に参加して <input type="checkbox"/> その他( )	

※ご記入いただいた個人情報をこの講座の連絡以外で利用することはありません。

### 《エソール広島までのご案内》

#### 「宝町北」バス停下車すぐ

広島バス 50 番 広島駅～宝町北～アルパーク

#### 「富士見町」または「保健所前」バス停下車徒歩 2 分

広島バス 26 番 広島駅～八丁堀～富士見町～保健所前～旭町  
23 番 横川～八丁堀～富士見町～保健所前～大学病院  
広電バス 12 番 戸坂～八丁堀～富士見町～保健所前～仁保  
(広島駅から約 1.7km, 紙屋町から約 1km)

