

# 「自分らしく生きるための 未来地図をつくろう」

～なりたい私を今考える～

無料

「親が育てば、子どもは育つ

“親育ち”の未来地図をつくろう」



私たちは「こうしたい!」「こうなりたい!」という思いを持っていながらも、幼い頃から様々な制限を設けられ生きてきている人が多いのではないのでしょうか。そんな制限から解放され、自分らしく生きていくとき、私たちのこころは安定し、生き生きと活力に溢れ出すでしょう。

親の姿は子どもに大きく影響を与えます。子どもは自ら育つ力を持っています。親も子どもと共に成長していく、そんな生き方のきっかけを一緒に探ってみませんか!

R6 2月3日 (土)

16:00 ~ 18:00

講師：特定非営利活動法人日本交流分析協会

交流分析士教授 廣瀬一郎氏

会場：コムズ 4階 視聴覚室

対象：子育て・自分育ちに関心のある方

定員：30名 (先着順)

## ●お申込み方法●

申込フォーム、電話、FAX、はがきで、  
① 郵便番号・住所 ②氏名・性別・年代  
③ 電話番号 ④イベント番号【8】  
を記入し、下記までお申込みください

## ●お申込み先●

〒790-0003 松山市三番町  
コムズフェスティバル係  
TEL/089-943-5777  
FAX/089-943-0460



イベント詳細はこちら↓

コムズ

検索

<http://www.coms.or.jp>

※新型コロナウイルス感染症の感染予防・拡大防止のため、日程・開催方法を変更して行う場合もございます。ご理解の程どうぞよろしくお願い致します。

## 概要：

1. 今までの自分を見つめてみる (講話)
2. 自分の未来地図を作成 ワーク①  
今から出来る事の一步を踏み出す(講話)
3. 自分らしい自分となるためにできる事を書き出して  
みる ワーク②
4. 振り返り