

自分と大いに向き合う系東習習
白とココから

Re:ME LESSON

参加無料
託見付き

カフェタイムも
あり!

come as you are

毎日の中で、つい後回しにしがちな“わたし”の気持ち。

Re:ME LESSON(リミーレッスン)は、

安心できる場で自分と向き合い、集まった人たちとお話しながら、

自分らしさをこれから見つめなおしていく場です。

参加申込



参加者募集

7/26日、
8/23日、
9/27日

スケジュール

全3回のレッスンです。単発でもご参加いただけます。

1 7月26日(日) **テーマ** 自分のハンドルを握りなおす
10:00-12:00 —コラーージュづくりを通して—

2 8月25日(日) **テーマ** モヤモヤを言葉にする
10:00-12:00 —心地よい距離感を考える—

3 9月27日(日) **テーマ** わたしの気持ちにきづく
10:00-12:00 —カードを使って—

会場

東松島市矢本西市民センター (宮城県東松島市小松字向田198番地1)

🚗 三陸道 矢本ICより車で約2分 🚶 JR矢本駅より徒歩約15分

ファシリテーター

栗林 美知子 (特定非営利活動法人ウイメンズアイ南三陸所長)

青山学院大学ワークショップデザイナー育成プログラムで学び、対話を通して人と人がつながる場づくりを大切にしている。これまで女性のエンパワーメント講座の企画・運営や、女性のためのライフキャリア相談などに携わっている。

ご案内

申込締切 7月17日(金)

対象 女性(主に18~40代の方におすすめです)

定員 各回15名

参加費 無料

託児 無料(要事前申込)

申込 二次元コードまたはお電話より

参加申込



これまでに
WEの場に
参加してくれた
女性たちの声

最初はすごく緊張していたけれど、和やかな空気感があり、リラックスして参加できました。

少し落ち込んだ時に、参加した時のことを振り返って、元気出したり、新しいことを始めるきっかけになりました。

あがり症の自分も、いろいろ後回しにしていた自分も、気づかずに諦めそうになっていた自分も、他の参加者とお話する中で、今の自分に向き合えたと思います。

毎回とても楽しくて自分自身のリフレッシュになりました。ここに来なければ出会えなかった人たちに会えたことが何よりもよかったです。

ウイメンズアイ(WE)とは

宮城県北エリアを中心に、10代からおとなの女性まで、女性たちの学びやつながりをつくり、自分らしく在ることを応援している団体です。今回の開催地である東松島市では、2024年に「女性ネットワークミーティング」を開催し、地域の女性たちと出会うきっかけをいただきました。

申込先・お問い合わせ先

特定非営利活動法人ウイメンズアイ

宮城県本吉郡南三陸町歌津字田表35-1

☎ 090-6065-1517 ✉ info@womenseye.net

Facebook

