

# Resilience™



## 2026年度

### レジリエンス☆こころのcare講座（四ツ谷）

主催：NPO 法人 レジリエンス 共催：一般財団法人 主婦会館

- DV・トラウマ・モラハラなどのこころの傷つきのケアについて考え学ぶための講座です。
- 何らかの傷つきの当事者の方、またはそのご家族の方、この問題を支援する立場の方、学校でデートDVなどの対応をされる教職員の方、人間関係について立ち止まって考えてみたい方、など女性の方ならどなたでもご参加いただけます。
- 途中回からのご参加や、一回のみの参加も歓迎いたします。
- 事前申し込みは不要ですので、直接会場にいらして下さい。

| 日時                | テーマ                |
|-------------------|--------------------|
| 2026年<br>4月18日(土) | ① DV, ト라우マを理解する    |
| 5月16日(土)          | ② 「世間の枠」と私らしさ      |
| 6月20日(土)          | ③ 身体的暴力・性暴力        |
| 7月18日(土)          | ④ 精神的暴力・モラルハラスメント  |
| 8月22日(土)          | ⑤ ト라우マに対応するツール     |
| 9月19日(土)          | ⑥ 傷つきによる喪失とグリーフ    |
| 10月17日(土)         | ⑦ 境界線              |
| 11月21日(土)         | ⑧ コミュニケーション        |
| 12月19日(土)         | ⑨ 育った環境・子どもへの暴力の影響 |
| 2027年<br>1月16日(土) | ⑩ Bさん(加害者)とは       |
| 2月20日(土)          | ⑪ パートナシップ          |
| 3月20日(土)          | ⑫ 私を大切にする自尊心       |

#### 📍 開催場所:

主婦会館プラザエフ（四ツ谷駅徒歩2分）

\* お部屋は、当日ご確認ください。

（入口右にご案内がございます）

#### 🕒 時間:

11時～13時（開場 10:45）

#### 💰 参加費:

500円（資料代込）

#### 👤 ファシリテーター:

NPO 法人レジリエンススタッフ

#### 📅 参加予約:

不要です。直接会場にいらして下さい

#### 👩 参加は女性限定です

皆さまからの寄付金により、2026年度も

割引料金で講座をおこないます☆

#### 問い合わせ先・申し込み先:

NPO法人レジリエンス [www.resilience.jp](http://www.resilience.jp) (携帯からも閲覧可能です)

E-mail:[hoiku@resilience.jp](mailto:hoiku@resilience.jp) Tel/Fax:03-3408-4616

（常勤スタッフがいないため留守電対応の場合があります）

※感染拡大防止のため、スケジュールが変更になる場合がございます。

※レジリエンス☆こころのケア講座は四ツ谷以外には横浜（戸塚）でも開催しています。

詳細はホームページをご覧くださいませ。

