

# 繊細すぎてしんどいあなたへ

いつ：10月30日(金曜日)午後7時～8時30分

どこで：みくも地域人権福祉市民交流センター（湖南省三雲1186）

講師：串崎 真志 さん【関西大学文学部教授】

身近に、とても気がつくけれど疲れやすい人がいたり、あなた自身が周りの人の機嫌や音、言葉に敏感でしんどくなることはありませんか。

心理学では、このように繊細な感覚を持つ人を「HSP（ハイリー・センシティブ・パーソン）」と呼びます。この繊細さは「相手に寄り添える優しさ」や「豊かな感性」といった、素晴らしい長所でもあります。

本講座では関西大学の串崎真志先生をお迎えし、感じ方の個人差や、お互いの個性を活かし合う方法を学びます。

お互いの理解を深め、誰もが心地よく過ごせる関係づくりのきっかけとして、どなたでもお気軽にご参加ください。

## 【講師プロフィール】

関西大学文学部教授、心理学研究科長。大阪大学大学院人間科学研究科修了。博士（人間科学）。専門は臨床心理学。著書に「繊細な心の科学—HSP入門」（風間書房）、「繊細すぎてしんどいあなたへ」（岩波ジュニア新書）など多数。NPO法人寺小屋ひゅっげを設立し、HSPの人や子どもたちのカウンセリング、交流会などを開催して支援に取り組んでいる。

定員：50人（事前申し込みが必要です。市内在住・在勤者優先。先着順）

受講料：無料

※申込フォーム・電話・FAX・メールなどでお申し込みください。（参加申込書は裏にあります。）

※手話通訳・託児サービスを希望する人は、10月9日（金）までにお申し込みください。

申込フォームはこちらから →



《問い合わせ先》湖南省人権擁護課（東庁舎1階） Email：jinkyo@city.shiga-konan.lg.jp

電話：0748-71-2322 FAX：0748-72-3788 〒520-3288 滋賀県湖南省中央一丁目1番地

参加申込書 10月30日（金）

※申込フォーム・電話・FAX・メールなどでお申し込みください。

※手話通訳・託児サービスを希望する人は、10月9日（金）までに申し込んでください。

人権擁護課 あて

mail : [jinkyo@city.shiga-konan.lg.jp](mailto:jinkyo@city.shiga-konan.lg.jp) FAX : 0748-72-3788

|                                                                         |         |    |   |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|----|---|
| 参加者名前                                                                   |         |    |   |
| 連絡先                                                                     | (電話)    | -  | - |
|                                                                         | (FAX)   | -  | - |
| 在住在勤<br>(○をしてください)                                                      | 市内在住・在勤 | 市外 |   |
| 手話通訳を希望する人は○をつけてください。 ———▶ 手話通訳を希望します。                                  |         |    |   |
| 託児を希望する人はご記入ください。                                                       |         |    |   |
| お子さんの名前 (                      ) (                      ) ※ふりがなをご記入ください |         |    |   |
| お子さんの年齢 (      歳      カ月 ) (      歳      カ月 )                           |         |    |   |

※お申込みいただいた個人情報は、講座以外の目的で使用しません。

※湖南省市ホームページにも他の講座情報や大会の情報などを掲載していますので、ご覧ください。

(TOPページ中段 便利なサービスより組織から探す→総務部 市民生活局人権擁護課→「人権」内)

