

令和8年度

女性のためのこころの居場所



ピアサポート

プラス

+ 『bloom (ブルーム) +』

パートナーからの精神的暴力や身体的暴力で心が傷ついてしまった女性の皆さんが、ゆっくりと安心して過ごせる居場所です。
同じ気持ちの仲間といい時間を過ごしませんか。

傷ついたこと
聞いてほしい



気持ちを解き
ほぐそう

簡単なワークをしながらリラックスして、心のお洗濯をしましょう

開催日

第1回	9月30日(水)	18:00
第2回	10月14日(水)	}
第3回	10月28日(水)	20:00

※全日参加でも単発の参加でもOKです。

対象者

豊島区在住/在勤/在学の方 ※定員10名

区外の方でご希望の場合はご相談させていただきます

場所

男女平等推進センター(エポック10) 研修室

豊島区西池袋2-37-4 としま産業振興プラザ IKE・Biz 3階

ファシリテーター

よしざき まさお
DV専門相談員 吉祥 眞佐緒先生 (カウンセラー)

申込みはこちら

豊島区男女平等推進センター

☎ 03-5952-9501



※保育(未就学児)が必要な方は、各回一週間前までにお申出ください。

※個人情報は、当事業運営のために収集いたしました。そのほかで使用することはありません

前回参加された方より



自分でも気が付かなかった気づきを与えてくださり、ありがとうございます。

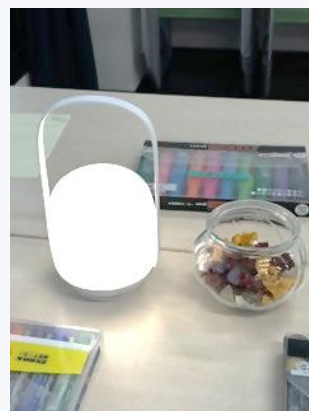
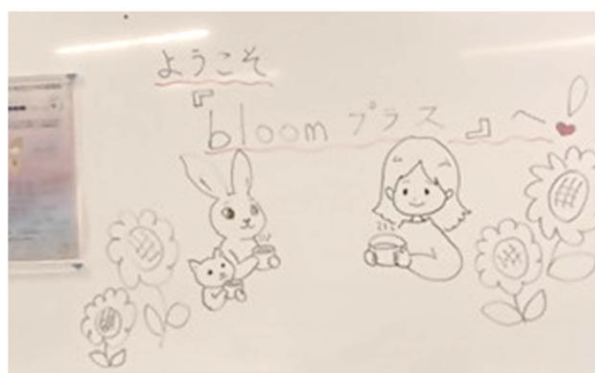
安心な場所であると感じます。

皆さんと何気ないお喋りをしながら、無心になって、余計なことを考えず、ただ気になった写真を切り抜く作業が楽しかったです。

皆さんとお話しできて気分転換になりました。
また、ぜひ 参加したいです。

自分の心を見つめなおす、きっかけになりました。ありがとうございました。

ブルーム+は、こんな雰囲気です！



- # ファシリテーターからミニレクチャー
- # お茶を飲みながらリラックス
- # 癒しの音楽が流れる空間で楽しいミニワーク



★『bloom』の意味は、"花が咲く" "開花する"
この場所に来て、自分らしく花が咲きますようにという願いを込めています。