

## 男女共同参画基礎講座①

# わたしのトリセツをつくる《個人ワーク》

～人と違ってあたりまえ！自分らしく生きていくために…  
自分自身を掘り下げてみよう！～

R6.7.13(土)  
男女共同参画センター



講師：福壽 みどりさん

男女共同参画基礎講座として「わたしのトリセツをつくる」を開催しました。  
自分が気分よく機嫌よく生きていく、改めて自分と向き合い、自分のトリセツを考えてみる。  
自分を知ることによって相手のことを理解し、認めることが出来る、とても参考になりました、自分を見つめるいいきっかけになりましたと満足いただける講座になりました。  
また、この講座は麒麟圏連携講座として、八頭町とオンラインにて開催しました。



八頭町とのオンラインの様子

