



【オンラインセミナー】 青空フォーカシング を体験してみませんか？

Blue Sky Focusing

令和2年
7月29日(水) 13:30~15:30



講師 堀田 敬子

Takako Horita

公認心理士(国家資格)
日本不妊カウンセリング学会
不妊カウンセラー
NPO 法人 Fine ピア・カウンセラー

大学卒業後、民間企業に営業職として入社。
その後結婚。30歳から不妊治療を開始。
35歳で流産をきっかけに退職し、
高度生殖医療にステップアップするも、
残念ながら授かることはなく
夫婦二人の人生を歩んでいる。
心理学に出会ってから
第二の人生をカウンセラーとして生きている。

「青空フォーカシング(Blue Sky Focusing)」とは、心理療法のフォーカシングに、マインドフルネスなどの仏教瞑想を取り入れ、自分を知って気づきを促し、こころを癒していく独特のプロセスです。

不妊治療中は、何かと自分に自信が持てず、自分の感情や感覚をごまかしてしまいがちです。今の自分を素直に感じてみませんか？そうすることでほんの少し、心が軽くなるかもしれません。

ご自身も不妊経験のある、心理カウンセラーの堀田敬子さんにご指導いただきます。

治療に疲れた、先が見えなくて不安…そんな方にぜひご参加いただきたいセミナーです。

今回はオンラインで実施しますので、全国どこからでも参加可能です！！ご参加お待ちしております。

- 対象：不妊・不育に悩む女性 定員：14名程度(先着順)
- 参加費：無料(ただし、通信料は参加者のご負担となります)
- 実施方法：Zoomを使用しての日時限定オンラインでの講義とワークショップ
※インターネットに接続できるパソコン環境(タブレット、スマートフォン可)が必要です。
通信料は参加者の負担となります。

主催：大阪府・大阪市 企画・運営：ドーン財団(一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)

- 日 時：7月29日（水）13：30～15：30
- 対 象：不妊・不育に悩む女性
- 定 員：14名（先着順）
- 参加費：無料（ただし、通信料は参加者のご負担となります）
- 申込締切：定員に達し次第締め切ります

●実施方法

- ・オンライン会議システム Zoom を使用しての日時限定オンラインでの講義とワークショップとなります。
- ・インターネットに接続できるパソコン環境（タブレット、スマートフォン可）が必要です。
- ・通信料は参加者のご負担となります。
- ・ワークショップを実施しますので、ビデオで顔が映る状態と音声で発信ができる状態でのご参加をお願いします。
- ・注意事項等詳細につきましては、お申込後に、個別にご連絡させていただきます。

【お問合せ・お申込み】

おおさか不妊専門相談センター

TEL & FAX : 06 - 6910 - 1310

E-mail : sodan@dawn-ogef.jp

〒540-0008 大阪市中央区大手前 1-3-49

ドーンセンター(大阪府立男女共同参画・青少年センター)内