

# わたしが私でいるために

夫・恋人からの暴力を経験し、一步を踏み出したあなたのための講座です。  
同じような経験をもつ女性と一緒に自己理解を深め、自分をコントロールする  
チカラを取り戻しましょう。

## 対 象

DV\*被害を受けた女性（加害者と別居中の方）

## 期 間

2021年10月～12月 全5回

※日時等は、参加者のみにお知らせいたします。

\*DV…配偶者（事実婚・元配偶者を含む）や恋人など親密な関係の中で起こる暴力

グループカウンセリングと自己尊重トレーニングの手法で  
DVの理解や自分を大切にすることを学びます。

1. ドメスティック・バイオレンス ～グループの出会い～
2. 子どものこと、親のこと ～気がかりとその対処～
3. わたし自身のこと ～サバイバルの軌跡～
4. マインドフルネス ～こことからだ～
5. 新たな関係 ～私でいるために～

講 師 竹之下 雅代（ウィメンズカウンセリング京都）

定 員 15名

保 育 無料（4箇月以上～未就学のお子さん 定員あり）

## お申込み方法

ウィングス京都ホームページまたは裏面の受講申込書に  
ご記入のうえお申し込みください。

9月23日（木）必着 ※申込多数の場合は抽選（全回参  
加可能な方を優先します）



## 【お申込み・お問合せ】

（公財）京都市男女共同参画推進協会 事業企画課 TEL 075-212-8013 FAX 075-212-7460  
〒604-8147京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地京都市男女共同参画センター内  
主催 京都市／企画・運営 公益財団法人京都市男女共同参画推進協会

FAX 075-212-7460  
email jigyo@wings-kyoto.jp



DV被害者自立支援講座  
「わたしが私でいるために」受講申込書

ふりがな 氏名	
年齢	歳
職業の有無	有 ・ 無
住所	〒
電話	
FAX	
Eメール	
保育希望 人数・年齢	無 ・ 有 → ( ) 人 ( 歳 ヶ月 ) ( 歳 ヶ月 )
連絡方法	電話 ・ FAX ・ Eメール ・ 郵送
受講動機など	講座に参加したいと思った理由を教えてください。 講座についてのご質問や連絡しやすい時間帯など、ご自由にお書きください。

【個人情報の取扱いについて】

申込者の住所・氏名・連絡先などの個人情報は、お申し込みいただいた講座・催しに関する事務連絡及び各種事業の御案内などに使用し、他の目的には一切使用いたしません。