

しごと  
について

くらし  
について

子育て  
について

教育費  
について

ひとり親世帯の皆さま

# お話を聴きあう会！ in 小樽

しんぐるまざあず・ふぉーらむ北海道様に協力をいただき、何気ない悩みや不安を話す場として「お話を聴きあう会！ in 小樽」を開催します！

日時： 令和2年12月12日(土) 13:30～15:30

場所： 小樽市富岡1-5-10 小樽市総合福祉センター4階  
会議室(エレベータを降りて右奥の部屋)

参加費： 無料

★託児スペースもご用意しています♡★

わくわくドキドキ  
お土産あり♡  
お菓子♪  
マスク?★

## お話を聴きあう会！ in 小樽ってどんなことをするの？

悩みはあるけれど、話せる場所が無くてひとりで抱え込んでいませんか？

安全安心のための簡単なルールの元で、参加者同士が“話す”こと“聴く”ことをします。否定されないでじっくり話を聴いてもらうことで、気持ち落ち着きどうすれば良いか解決の糸口がみえてくるかもしれません。自分だけと思っていたことが、同じ悩みや不安を抱えているひとり親の方がいることに、励まされます。

進行役の「ひとり親家庭サポーター」が、皆さんが話された内容に沿った、必要な情報提供も行います。

## 参加申込みについて

定員： 12名(先着順)

対象者： ひとり親世帯の親御さん、今後お一人での子育てを考えている方。  
お子さんが成人された方でも参加いただけます。

申込方法： メールかお電話、FAXにてお申し込みください。

【メール】 info@otaru-shakyo.jp

【電話】 0134-23-3653

【FAX】 0134-32-5641

申込締切： 令和2年12月4日(金)

QRコードを読み  
込むと、メールで  
簡単に申込みが  
できます♪



## お話を聴きあう会！ in 小樽 5つのルール

1. ここで聴いたことは、ここだけで留めておく。外では話さない。
2. 相手を否定しない、話を遮らない。
3. 無理や我慢をしない。(無理に話さない、退出も自由！)
4. 相手の感情を持ち帰らない。
5. 営業活動や布教活動を行わない。

## 参加申し込み用紙 (FAXで申し込む方は、必要事項を記入してお送りください)

お名前 :

ご住所 :

連絡先 : 電話

FAX

メールアドレス:

託児スペース: 利用する( )人 ・ 利用しない

託児の際、何か心配なことがあれば記入してください。(アレルギーなど)

### 【協力団体】しんぐるまざあず・ふぉーらむ北海道



しんぐるまざあず・ふぉーらむ  
北海道

「ママを元気に子どもを笑顔に」

シングルマザーが、子どもと共に生きやすい暮らしができるよう、情報交換・相互援助・交流・いやしの場を提供しています。ママを勇気づけ、安心して暮らせるよう、他の機関や団体とも連携をし、ひとり親世帯への様々なサポートを行っている団体です。右のQRコードを読み込むと、HPにアクセスできます。



### 【お問合せ先】

小樽市社会福祉協議会

小樽市富岡 1-5-10 小樽市総合福祉センター4階

電話: 0134-23-3653 FAX: 0134-32-5641

メールアドレス: info@otaru-shakyo.jp