

高知県内6地域、全24回、「ごほうびカフェ」をOPEN！
癒し体験とおしゃべりでいろんな悩みをリセットできる
スペシャルなカフェです。

VoL.1

第1回目のテーマは、
「自分の好きを思い出そう♪」

好きなことやりたいことがわからない
何から始めていいかモヤモヤしてる
なんかドキドキワクワクしたい
何か始めるきっかけが欲しい
そんなあなたにぴったりイベントです。



がんばっている女性に
ごほうびな時間を。

VoL.1

5/23
THU

「自分の好きを思い出そう♪」 ドリームノートワークショップ

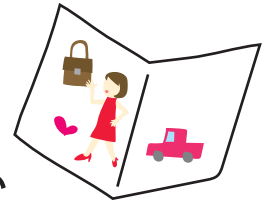
とき：5月23日（木）9:30～11:30（開場 9:20～）

ミアール

会場：南国市地域交流センター MIARE! 2F：多目的室2

自分の好きを知ること、自分だけの魅力を知る
理想の未来を実現する簡単メソッドが体験できます
ワークショップ用のノートプレゼント！

お気に入りや詰まった雑誌や写真など持ってきてください



対象者 女性（お住まいの地域、年齢不問）

定員 20名

持ち物 お気に入りの雑誌や写真

参加費 無料 託児 無料（要予約）

※託児が必要な方は申込時にお伝えください

お問合せ＆申し込み先 NPO 法人 GIFT

予約専用 TEL：070-8494-8435

予約専用 E-mail：npogift2024@gmail.com



くもん じゅんこ

講師：公文順子さん

作業療法士
NLP プラクティショナー
高知県農福連携就労定着サポーター

普段よく頑張ってるわたしがわたしのことをまずは知ること。誰かと一緒に自分のことを知ることでも思いもよらない自分の良さや魅力に気づくことができますよ😊

17年精神科病院で4000人以上の臨床を経験。その後実家の農園の経営を担いながら生きづらさを抱えている方々と農業のマッチングやNPO団体の設立に関わる。また子育ての中で性やコミュニケーションのことをより深めたいと性教育、NLP心理学を学び、現在は「ヒトモノコトをつなぐ」ことで学校企業団体のグループワークのファシリテーター、コンサル、コーディネートを行う。

お申し込みの際に、参加を希望される
①「ごほうびカフェ」の番号とイベント名、②住所、③氏名、④連絡の取りやすい電話番号（自宅 / 携帯）、⑤託児の有無をお知らせください。

申込フォームからの予約が簡単でおすすめです。

※どの会場でも、何回でも参加できます。
※イベント情報は内容が決まり次第、ホームページやSNSで情報を発信していきます。各イベントの詳細はホームページ・チラシでご確認ください。



ごほうび
カフェ
HP



ごほうびカフェでは、さまざまな専門家による相談ブースを設置します。
お気軽にお越しください。

予約制

物部川地域
南国市
VOL.1



お申し込みフォーム