

VoL.3

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



VoL.3

お話と茶話会 & 癒しのブース

とき：6月13日（水）10:00～12:00（開場 9:45～）

会場：安芸市民会館 会議室4・5

高知県安芸市土居 82 番地 1

予約制

安芸エリア
安芸市
VOL.3



お申し込みフォーム

対象者 女性（高知県内にお住まいの方）

定員 20名

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知らせください

お問合せ & 申し込み先 NPO 法人 GIFT（詳細は裏面）

※お菓子の準備がありますので、ご予約をお願いします。

※お申し込みフォームからが簡単です。

美味しいおやつを食べながら楽しく交流しましょう♪
フードパントリーなどおみやげもあります！



お話のテーマ

自分と相手と向き合う コミュニケーション



あんどう みき

講師：安藤 未希さん

株式会社インフォハント 代表取締役
一般社団法人リトマス 理事
総務省地域情報化アドバイザー
司書資格

気持ちよくコミュニケーションを取るために、自分の感情との向き合い方や感情の表現方法について、LINEをはじめとする文字でのコミュニケーションや、SNSでの発信の難しさについて具体的にお伝えします。

癒しのブース

お話の後、
自由に体験できます♪

無料 ハンドもみほぐし



エステサロン Lani

ハンドもみほぐしで疲れた目や頭痛、ストレスの緩和をしましょう。



無料 香りでリラックス ブレンドオイルづくり



セルクル CERCLE

数秘術であなたに合ったエッセンシャルオイルを調べ、ブレンドオイルをつくります。



詳細は裏面へ

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



「ごほうびカフェ」は、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。

お話を聞いて茶話会 & 癒しのブース、体験ワークショップ、親子で参加イ
ベントなどを予定しています。

高知県にお住まいの女性なら、どの会場でも、何回でも参加できます。

あなた好みのカフェにお越しください！



ごほうびカフェには、さまざまな悩み相談のエキスパートも参加いたします。
個別で話せる相談ブースもご用意しています。

例えば

- ・恋愛に関して悩んでいる
 - ・キャリアアップに悩んでいる
 - ・子育てや親の介護と仕事の両立に疲れた
 - ・子育ての悩み
 - ・夫が協力的じゃない
 - ・お姑さんとの関係が微妙
 - ・1人での生活が不安
- などなど…

予約制

開催決定

6月

- 13日 安芸市 (安芸市民会館 会議室4・5)
- 27日 須崎市 (須崎市民会館 中会議室)
- 30日 いの町 (いの町すこやかセンター 大会議室)

7月

- 8日 室戸市 (室戸市やすらぎ会議室1・2)
- 27日 四万十市 (しまんとぴあ キッチンスタジオ)
- 28日 四万十町 (会場は未定)

開催予定

- 8月：本山町、仁淀村
- 9月：安芸市、佐川町、香南市
- 10月：須崎市、香美市、四万十市
- 11月：香南市、室戸市、土佐清水市
- 12月：香美市、本山町
- 1月：四万十町、四万十市
- 2月：南国市



※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
LINE



ごほうびカフェ
Instagram

お申し込みの詳細

対象者 女性 (高知県内にお住まいの方) 定員 20名 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知らせください。

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

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。

安芸エリア
安芸市
VOL.3



お申し込みフォーム