

VoL.16



令和6年度地域女性活躍推進交付金事業
NPO 法人 GIFT が高知県から受託して運営しています。

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



VoL.16

ひきこもり経験者が語る『私らしく生きる』生き方

とき：10月29日（火）10:00～12:30（開場 9:45～）

会場：香美市中央公民館 2階会議室

香美市土佐山田町宝町2丁目 1-27

予約制

物部川エリア
香美市
VOL.16



予約申込フォーム

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）

※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。

お話のテーマ

ひきこもり経験者が語る『私らしく生きる』生き方



ふくおか えり
講師：福岡 英梨さん

小さい頃から他人軸で、生きづらい人生を送ってきました。でも「私の幸せは、私が決めて良い」そう気づいてから自分の感覚を大事にして生きています。少しずつ、自分で決める、自分のための人生を生きましょう。

元不登校、約10年のうつ病、ひきこもり経験者。不登校保護者のお茶会「お豆腐カフェ」発足人。

- ・不登校訪問支援カウンセラー
- ・家族療法カウンセラー
- ・チャイルドカウンセラー
- ・チャイルドコーチングアドバイザー

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



ハンドもみほぐしで日々の疲れやストレスの緩和をしましょう。

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

開催予定



10月：四万十市、須崎市、香美市
11月：土佐清水市、四万十市、
四万十町、香美市
12月：本山町、いの町
1月：香南市、田野町
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。

物部川エリア
香美市
VOL.16



予約申込フォーム