

ピア・カウンセリング

体験講座

だい かい
第1回

10/13(土)

ピア・カウンセリング
って…なに？

だい かい
第5回

12/1(土)

ちいき げんきに
地域で元気に
暮らしていこう

だい かい
第3回

11/10(土)

じぶん
自分のことを
好きになろう

だい かい
第4回

11/24(土)

じぶん しょう
自分の障がいに
ついて話して
みよう

だい かい
第2回

10/27(土)

じぶん きも
自分の気持ちを
出してみよう



じ かん ぜんにっせい こ こ うけつけ
時 間：全日程 午後1：00～5：00（12：40より受付）

かいじょう おかざきじりつせいかつ かい うらめんち すざんしょう
会 場：岡崎自立生活センターぴあはうす 2階（裏面地図参照）

ピア・カウンセリングは、同じ障がいをもったなかまに話を聞いてもらうことで、「本当のきもち」や「自分のちから」に気づいて、元気になっていく方法です。

「がんばってるけど、ちょっとつらい」「苦しいのに、誰もわかってくれない」「言いたいことあるけど、聞いてくれない」と感じているかた。ピア・カウンセリングで、ちょっと心を軽くしてみませんか♪

こう しゃ
講 師 じりつせいかつ 十彩（といろ） ピア・カウンセラー 木本 光宣 氏

おかざきじりつせいかつ 岡崎自立生活センターぴあはうす ピア・カウンセラー 高橋 美絵 氏

たい しょう
対 象 しょう かた しょう しゃてちょう かた か
障がいのある方（障がい者手帳のない方も可）

さん か ひ
参 加 費 むりょう
無料

もう こ
申し込み もうしこみようし ひつようじこう きにゅう ゆうそう
申込用紙に必要事項を記入し、郵送またはFAXにて、「ぴあはうす」宛にお送り

ください。

しめ きり
締 切 がつ か とうび
10月6日（土曜日）

しめきりご さんか れんらく
締切後、こちらから参加していただけるかどうか連絡いたします。

しゅ さい おかざきし おかざきししょう しゃきかんそうだんしえん
主 催：岡崎市・岡崎市障がい者基幹相談支援センター

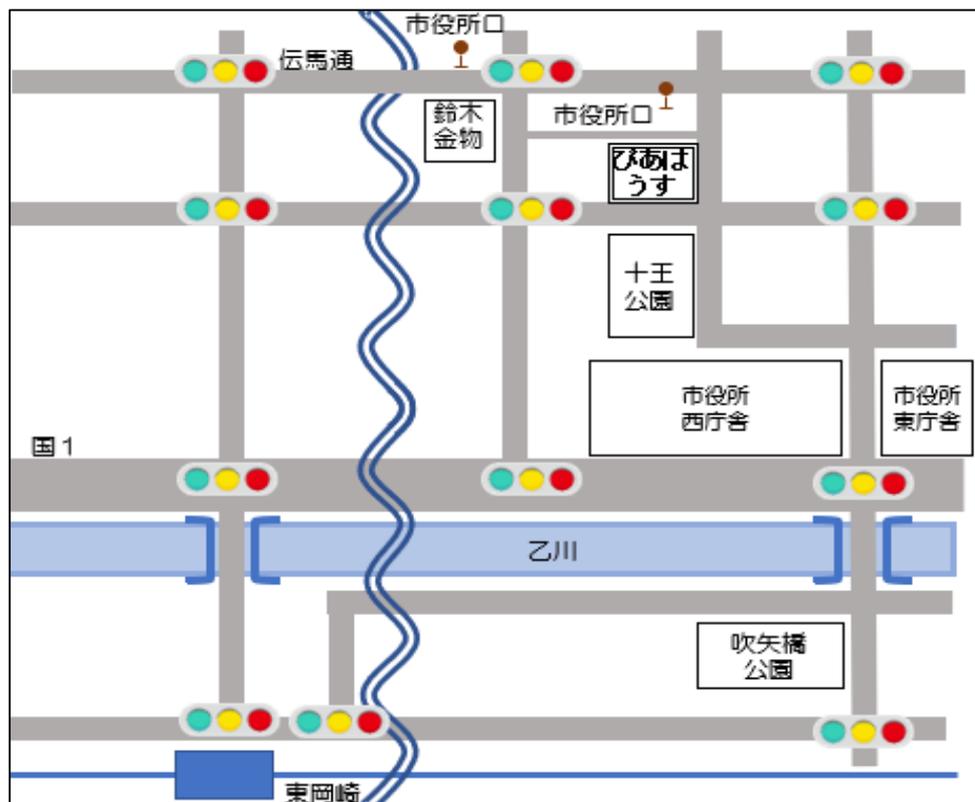
といあわ おかざきじりつせいかつ
お問合せ：岡崎自立生活センターぴあはうす Tel：(0564)26-5080

かいじょうあんない
会場案内

おかざきじりつせいかつ
岡崎自立生活センターぴあはうす

じゅう しょ おかざき してん まどおり ちょうめ ばんち
住所：〒444-0038 岡崎市伝馬通5丁目47番地

TEL：(0564) 26-5080



ひがしおかざき ばん の ば
バス：東岡崎より2番バス乗り場から

しみんびょういん いき ちゅうおうそうごうこうえん いき みあい いき おかざきえきまえ
「市民病院」行「中央総合公園」行または「美合」行「JR岡崎駅前」

いき じょうしゃ しやくしょくち げしゃ
行に乗車。「市役所口」下車。

