

自分を丸ごと愛して、育てるエンパワメントプログラム

～他人（ひと）も自分も受け容れて、 自分らしく生きる、自分らしく輝く～

講師

きむ かゆり
金香百合氏

HEAL ホリスティック教育実践研究所 所長

大阪女学院大学・短大非常勤講師。大阪市こども相談センターのカウンセラー。在日韓国朝鮮人3世として大坂で生まれ育つ。大阪YWCAで20年勤務し、青少年活動やこころのケア、DV被害者支援などを担当。特に人権教育やジェンダー教育に長年関わり、全国各地での講演や研修に奔走してきた。考案した「自尊感情暴力理論」は多くの共感を得て活用されている。養育里親の経験をもち、自宅の、みんなの居場所「e トコ」には多様な人が集まる。



01

人間理解（自己理解） の基本とは

アンコンシャスバイアスやジェンダーバイアスなど、自分の思考の癖や傾向を自覚し、多様性受容の意識を自覚的に身につける。

8月26日（土）
13:00～16:00

02

自尊感情を高め、 エンパワーする

自尊感情を高めることで、多様な視点や包括的な考え方を獲得していく。

10月1日（日）
13:00～16:00

03

自分を信じて、 対話力を磨く

多様な考えをもつ人を受容できるよう、自分への自信を獲得する術と、円滑なコミュニケーション方法を学ぶ。

10月29日（日）
13:00～16:00

場所 旭川市市民活動交流センター CoCoDe

対象 一般市民・学生・子どもを持つ親・子どもに関わる仕事をしている方・なんとなく生きづらさを感じている方・支援援助職の方・関心のある方

定員 30人（託児あり 各回先着5名 ※要予約）

※都合等で一部講座を欠席された方向けに、資料・動画等でのフォローアップを予定しています。

参加
無料

【主催】旭川市 女性活躍推進部 女性活躍推進課

【問合せ・申込み】旭川NPOサポートセンター

TEL：0166-74-4151 メール：info@cocode.jp

こちらから
もお申し込
みいただけ
ます。



自分を丸ごと愛して、育てるエンパワメントプログラム（参加無料）

