

知ってほしいな！ 今のわたし

2026 (公財) 新潟県女性財団 地域セミナー in 小千谷

～大切な人と、もう一度知り合う時間～

子育てや仕事に追われて、
最近は交わす言葉も「事務連絡」になりがちな皆さん。
ふたりで話して、聴き合って、
大切な人と「あらためて知り合う」時間を持ちませんか？



参加
無料

このセミナーで大切にすること

話す

聴く

気づく

これから
を考える



参加者同士で、
対話を楽しみながら進めていきます。

夫婦、家族、友人、同僚など、
「身近にいる大切な人」と向き
合って、参加者同士いろいろな
考え方に触れてみませんか。



こんなことありませんか？

- ✓ 気づけば会話は予定の確認ばかり
- ✓ 「わかってきている」と思っていた
- ✓ 家事や子育てのことをゆっくり話せていない
- ✓ 自分の気持ちを後回しにしている
- ✓ 相手の話をゆっくり聞く時間がない



講師

たなか

田中

りょうすけ

亮祐さん

(株)WLB 代表取締役

1963年新潟県三条市生まれ。
2008年8月に株式会社WLBを創業。
企業では、社員と経営者が安心して対話し、より良い職場
づくりにつながる場づくりを支援するとともに、公民館な
どでは子育て中の夫婦を対象に、互いの思いや考えを聴き
合える場づくりに取り組んでいる。

日時

11月 28日 (土)

13:30~15:30 (開場 13:00)

会場

ホントカ。

申込
方法

二次元フォームまたは電
話でお申し込みください。
申込締切：11月20日 (金)



対象

子育て中のご夫婦
テーマに関心のある方 20名

家族と、友人と、お一人でも大歓迎！
保育ルームはありませんが、会場内には
子どもを見守りながら、子どもが自由に
遊べるスペースがあります。



主催

小千谷市、おぢや男女共同参画交流会議
(公財) 新潟県女性財団

申込・問い合わせ

小千谷市市民生活課
☎0258-83-3509

