

起業をめざす女性の交流サロンCo-Co

# 自分を丸ごと受け入れて、 自分らしい事業PR(自己PR)をしよう!

## 日程

令和3年2月18日(木) 18:30~20:30  
(緊急事態宣言が延長される場合は、20:00までとする。)

## 内容

受講料 1,000円

1. まず自分に許可を出し、自分を受け入れよう
2. 自己肯定感をあげて、自分らしい事業PRを

## 講師

辻 曙美 氏(シアワセの葉)  
(京都府女性チャレンジオフィス卒業生)



子ども頃から自己否定が強く、何事にも自信が持てず、いじめられっ子で生死に関わる問題に直面したことがきっかけで人間不信に。自身の恋愛と結婚が生きる希望になり、結婚後、今まで怖くてできなかったことがチャレンジできるようになった。

人前で自分を表現すること。思いをことばにして伝えること。自分が本当にやりたい仕事をする事。家族を持つこと。勇気をもって自分の意思で行動することによって、徐々に自分を好きになることができた。

2020年から婚活でなかなか成就しない方のために、自分を大切にする自己受容カウンセリングやコミュニケーション向上プログラム、声や話し方に自信が持てない方のための朗読セラピーを提供。また、社会貢献事業としてフレイル予防プロジェクトや、起業家のための自己受容プログラムも実施。夢はこの世界から「仲間外れ・心の孤立」をなくすこと。そのためのコミュニティ「シアワセの葉」を準備中。

## 定員

12名(定員になり次第、締切)  
(らら京都一時使用部屋等感染拡大予防ガイドラインに従う定員管理を行う。)

## 場所

京都府男女共同参画センター らら京都  
「ミーティングルーム」

## お申し込み お問い合わせ

京都府男女共同参画センター  
〒601-8047  
京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ東館2階  
TEL 075-692-3433 FAX 075-692-3436  
MAIL info@kyoto-womensc.jp



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、手指アルコール消毒、マスク着用をお願いします。