

男性のストレスマネジメント講座

男性学から紐解く ジェンダーによるストレスからの解放

職場や家族からの「男だから」という期待や、自身でさえも「男はこうあるべき」というハードルを課していることがストレスの要因の一つかもしれません。**自身やパートナーの思いに気づき**、ストレスに感じることからの回避や対処について一緒に考えてみませんか。**性別を問わず、どなたでも参加いただける内容です。**

2025年 **8月1日**(金) **13:30～15:30**
花火伝統文化継承資料館はなび・アム
(大仙市大曲大町7-19)

受講無料

定員25名

講師 中村 洸太さん



東洋学園大学専任講師
公認心理師・臨床心理士

心療内科・精神科クリニック、大学病院勤務などを経て、現在は働く人のメンタルヘルスやキャリア支援、組織の支援などに携わる。その他に小中高でのスクールカウンセリングや性的マイノリティのメンタルヘルス、オンラインを用いた臨床活動の研究・実践など多岐にわたって活動。

申込み
QRコード



問合せTEL
0182-33-7018

申込み締切り
7月28日

サテライト会場のご案内

- 中央地域 申込み・問合せ：秋田県中央男女共同参画センター TEL：018-836-7853
- 北部地域 秋田県北部男女共同参画センターは企業研修として実施します。

※サテライト会場に参加希望の方はセンターに直接お申込み、お問合せください。

3センター合同開催 サテライト会場の参加者は主会場からの配信を視聴する講座です。

主催：秋田県南部男女共同参画センター

共催：大仙市