

令和6年度金沢市女性安心生活支え合い支援事業 受託事業
金沢市市民局ダイバーシティ人権政策課
石川に心理カウンセリングを定着させる会-CCIぷらす-

心とからだの ほぐし処

気軽に取り入れよう!
カウンセリング&メンタルケア
選べる2つのスタイル



2024 6月 ~ 2025 2月
参加無料

【対象】金沢市在住・在勤・
在学のすべての女性

「ほぐし処」は心のケアを取り入れた相談（手もみ付傾聴カウンセリング）
※秘密厳守 ※お茶お菓子付、託児・女性用品ご提供あり（ご希望の場合）

ほぐし処 -プライベート-

毎月第3水曜 13:30~16:00（最終受付15:30）ご予約不要♪
場所：金沢市石引2-22-21 直接お越しください（お一人約30分）

ほぐし処 -ワークショップ-

心理ワークショップと「ほぐし処」が同時に楽しめる、みんなで
一緒に心がほっと軽くなる居場所！どれもおすすめ♪ ご予約制



6/9(日)

脳タイプ別 自分に
ぴったりメンタルケア



8/11(日)

かんたんつまみ細工
とカラーセラピー



12/8(日)

マインドフルネス&
ヨガでリラックス

【時間】13:30~15:30（受付は13:15より）

【会場】石川県地場産業振興センター（金沢市鞍月2-1）※ルームはご予約時にご案内

【その他】各回定員10名、ご予約制（右下の二次元コードよりお申し込みください）

石川に心理カウンセリングを定着
させる会（CCIぷらす）事務局

一般社団法人 カウンセラーカレッジ石川 内

本事業およびイベントに関するお問合せ

☎076-222-0040

OPEN 10:00~18:00 CLOSE 月曜日

