

つづきからはじめる

相談ナイト

はじめての相談も、もちろん大丈夫です。

「相談」というより「誰かに聞いてほしい」「誰かとつながりたい」も OK！

休憩をかねて、気軽にお立ち寄りください。

自分のペースで過ごせる予約不要の”ひとやすみ”コーナーもあります。

① これからの働き方やキャリアの悩み

(キャリアコンサルタントが担当)

今の仕事をこの先も続けるのがなんとなく不安。
まずは誰かに話して整理をしたい。

② こころとからだの不調、健康に関する心配ごと

(暮らしの保健室かわさきの相談員が担当)

最近眠りが浅くて朝起きるのが辛い。
なにかアドバイスをもらいたい。

PMS や生理、更年期の体調不良について
病院に行くほどではないけれど相談してみたい。

2024 **7.10** (水)

16:30 ~ 20:00 (16:30 からご入室いただけます)



飲み物・カップスープを
準備してお待ちしています。

【相談時間】 16:40 ~ ・ 17:40 ~ ・ 18:40 ~ (1回:50分)

【定員】 6名 (各相談時間に2名ずつの予約制)

【参加費】 無料

【対象】 シングル女性 ※川崎市在住・在勤・在学中の方優先

【会場】 パサールベース (Wi-Fi 使えます)
※詳しくは裏面

【お問合せ先】

川崎市男女共同参画センター (愛称:すくらむ21)

TEL **044-813-0808**

URL <https://www.scrum21.or.jp/>

携帯電話やスマートフォンでホームページ
からお問い合わせする場合は、コードを読み
取ってアクセスください。

すくらむ21

検索

主催:川崎市男女共同参画センター (愛称:すくらむ21)

協力:一般社団法人プラスケア (暮らしの保健室かわさき)

【申込み】 予約制

お申込みは、右記の
コードを読み取り、
必要事項を記入して
お申込ください。



【すくらむ21 個人情報保護方針】 すくらむ21では、皆さまからお預かりする個人情報に関して、本事業の目的以外には使用しません。
また、個人情報を無断で第三者に提供することはありません。

※ 本イベントは、2024 (令和6) 年度 地域女性活躍推進交付金を活用して実施しています。

相談ナイト

って、こんなところ

● 相談（予約制）

- ① これからの働き方やキャリアの悩み
(キャリアコンサルタントが担当)
- ② ところとからだの不調、健康に関する心配ごと
(暮らしの保健室かわさきの相談員が担当)

● “ひとやすみ” コーナー（予約不要）

仕事帰りに、ちょっと寄り道をして明日の自分のためにお話できる休憩場所のようなところです。
パズル、カードゲーム、ぬりえ等をして過ごせます。
飲み物・カップスープを準備してお待ちしています。

今後の「相談ナイト」の予定

- ・ 10/2（水） 16:30～20:00
- ・ 11/6（水） 16:30～20:00
- ・ 2025/2/5（水） 16:30～20:00



はじめての
相談でも OK



図書の貸出や
返却もできます

【会場】PASAR BASE（パサルベース）

最寄り駅：JR 南武線 武蔵新城駅「北口」から徒歩 3 分
(〒211-0045 川崎市中原区上新城 2-7-1)



当日の連絡先：080-4674-2023
(当日の会場までの道案内、予約・キャンセルはこちらへ連絡ください)

※開催についての詳細はホームページや電話でご確認の上、お越しく下さい。



… 暮らしの保健室かわさき とは…



暮らしの保健室は、ゆるやかな雰囲気の中でちょっとした健康の悩みから大きな病気にかかった際の困りごとまで相談できる場所です。月曜・水曜～土曜の日中に開催しており、元住吉のカフェや溝口のレンタルスペースなどでも定期的に出張開催しています。