

# パートナーとの関係で悩んでいる 女性のためのグループ

パートナーのふるまいについて悩んでいる方のためのグループです。  
安全な場所で自分に何が起きているか学び、  
自分の気持ちを話したり、人の経験を聞いたりして  
今できることを一緒に考えましょう。

DVってほどじゃないけど…  
どこの家でもきっとこれくらいのことにはあるよね？  
殴られているわけじゃないし…

これってモラハラなのかな？

私さえ我慢すればいいんだよね  
普通に話したいだけなのに… 私がうまく合わせられないから  
どうしてうまくいかないんだろう？

こんなことで悩んでいるのは私だけ？

一緒にいるのはつらいけど、ひとりになる自信がない  
はなれたのにしんどいのはどうして？  
友達には話せないし…

誰か聞いてくれる人いないかな…

こんな気持ちを感じるのは

**あなたのせいではありません**

同じような気持ちを抱えている人の中で  
話してみませんか？

日時 会場開催：令和7年 10月9日(木)、11月8日(土)、12月11日(木)

オンライン開催：令和8年 1月8日(木)、2月14日(土)、3月12日(木)

13時15分～15時30分 ※会場開催は三重県総合文化センター内です

対象 夫、元夫、交際相手等との関係でつらい思いを  
抱えている女性、DVに悩む女性  
※会場、オンラインURLは申込み時に  
お知らせします。

定員 8名  
事前申込制 託児

事前予約制 託児料無料  
(0歳3か月～小学3年生程度)  
締切：各回2週間前まで  
会場開催日のみ託児可能

内容 「DV・トラウマを理解する」「モラルハラスメント」  
「加害者の特徴」などをテーマにしたワークと、  
感想や自分の経験をシェアする語り合い

参加料 無料

お申込みはこちら→  
持参、電話、Eメールでも受け付けます。



# パートナーとの関係で悩んでいる 女性のためのグループ



“DV”という、おおげさで自分には関係ない特別なことと感じられるかもしれません。

「私も悪かったから…。」 「優しいところもあるから…。」

「でもなんだかしんどいな。」

そのモヤモヤが何なのか一緒に学び、話してみませんか。

グループでは、フレンテみえの職員がファシリテーターとなり、「DV・トラウマを理解する」「モラルハラスメント」「加害者の特徴」などをテーマにしたワークに取り組みます。そのあと、感想や参加者の経験をシェアする時間をもちます。

今年度はオンラインでの開催もあります。  
初めての方も、1回だけの参加も大歓迎です。  
安心してご参加ください。

## 過去にグループに参加された方の感想

- ・傷つきながらもがんばっているのは一人じゃないと思えました。
- ・傷つきからの回復の仕方について知れてよかったです。
- ・勇気を出して参加してよかったです。日々の生活を頑張っ過ぎていく活力をもらいました。
- ・自分の意見や経験を否定されない安心できる場でした。毎回心があたたくなり、新たな気づきや学びが得られて、生活に生かしていくことができました。自分を少しほめたい気持ちになりました。



鉄道／近鉄名古屋線・JR紀勢本線・伊勢鉄道 津駅下車  
バス／三重交通路線バスで津駅西口から約5分  
徒歩／津駅西口から約25分  
タクシー／津駅西口から約5分  
自家用車／伊勢自動車道 芸濃インターから約15分  
伊勢自動車道 津インターから約10分  
※駐車場は約1400台（無料）

お申込み・お問い合わせ

MIE CENTER FOR THE ARTS  
三重県総合文化センター 三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 TEL: 059-233-1130 FAX: 059-233-1135 E-mail: frente@center-mie.or.jp  
ホームページアドレス <https://www.center-mie.or.jp/frente/> 休館日/毎週月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌平日) 開館時間/9:00~19:00

## キリトリ

## パートナーとの関係で悩んでいる女性のためのグループ 申込書

下表にご記入のうえ、窓口にお持ちいただくか、お電話にてお申込みください。  
Eメールや申込みフォームからお申込みいただけます。Eメールや申込みフォームからお申込みの場合は、こちらから折り返し会場・オンラインURLなどのご連絡をいたしますので、安全なご連絡方法（電話またはEメール）を必ずお知らせください。



申込みフォームは  
こちら

ふりがな			年代
お名前			歳代
お住まいの市町			
電話番号	( )	—	※安全なご連絡先いづれかにご記入
Eメール			
フレンテみえの事業には	初参加	・	2回目以上

セン 記タ 入欄	No.	受付印
	月 日	
	郵 F T 持	

託児希望 あり・なし

※「あり」の方は下欄にお子さまのお名前と初回参加日当日の年齢をご記入ください

お名前	歳	ヶ月
お名前	歳	ヶ月

初回参加日
-------