

# 男性らしさと生きづらさ

～相談現場からみえてきたもの～

「男は強くないといけない」「男だから残業は当然」「男が泣くなんて…」と頑張りすぎていませんか。その根底には、アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）が潜在しているのかもしれませんが。その背景を探りながら、男性ならではの“生きづらさ”に焦点をあて、これからどのように向き合っていけばよいか、心が軽くなる考え方について、相談現場の実態を踏まえてお話いただきます。

【日時】 令和8年 **3月7日（土）**  
**13:30～15:00**

【場所】 ハートフルスクエア-G 2階  
大研修室

【定員】 **50**名（男女問わず）  
※応募者多数の場合は抽選

【受講料】 無料

【託児】 満1歳～未就学児対象  
（申込時に要予約）



【講師】

京都橘大学 総合心理学部

はまだ ともたか

准教授 **濱田 智崇** 氏



1995年、日本初の男性専用相談「男」悩みのホットラインを開設。2011年、男性専用のカウンセリングオフィス天満橋を開設。  
内閣府DV相談プラス事業における相談支援の分析に係る調査研究事業検討委員会などを歴任。  
共著書「男性は何をどう悩むのか-男性専用相談窓口から見る心理と支援」(ミネルヴァ書房)「子別れのための子育て」(平凡社)など。

## 申込み・問合せ先

岐阜市女性センターHPの「講座お申込み」から応募、または往復はがきに①講座名 ②氏名(フリガナ) ③年齢 ④〒・住所 ⑤電話番号(⑥託児希望の方は、お子様の氏名・生年月日)を明記の上  
**2月25日(水)(必着)**までにお申込みください。

また、1階窓口にて直接お申込みの場合は、返信用のはがきを必ずお持ちください。

※迷惑メール対策をされている方は、@ccn.aitai.ne.jpからのメールが届くように設定してください。

※ご提出いただいた個人情報、岐阜市女性センター事業運営のみに利用し適正な管理に努めます。

※当落結果は、締切日より1週間以内にすべての申込者へ通知いたします。

万が一、通知が届いていない場合はお手数ですが、お電話にてお問合せください。



▲お申込みフォーム

<岐阜市女性センター> 〒500-8521 岐阜市橋本町 1-10-23 (JR 岐阜駅東隣)  
ハートフルスクエア-G 1階 TEL:(058)268-1052