

【2026年1月～3月版】

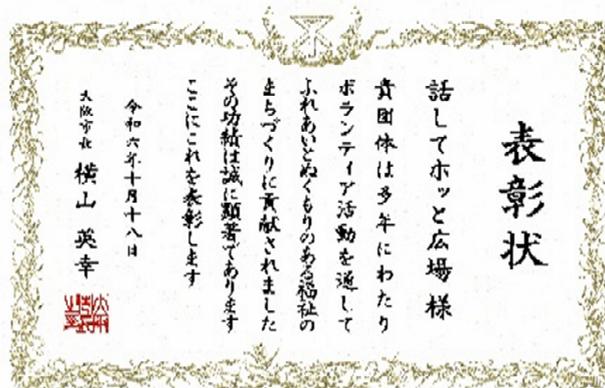
話して **ホッ** と広場

ことばにしたら何かが見つかるかも……



どなたでも気軽に参加できます。
複数のカウンセラーがいつも一緒します♪
皆さんも輪になって日頃のあれこれを話してみませんか？

「話してホッと広場」は令和6年
大阪市社会福祉大会で、大阪市
より表彰状を授与されました。
皆さんと歩んできたお蔭です。
ありがとうございました。



場所：『大阪市立総合生涯学習センター』会議室 大阪駅前第2ビル5階
ご希望の番号 [28] ～ [36] を申し込み時にお知らせください。

- [28] 1月14日(水) 9:50-11:50 第6会議室
- [29] 1月25日(日) 9:50-11:50 第4会議室
- [30] 1月30日(金) 18:00-20:00 第6会議室

- [31] 2月 8日(日) 9:50-11:50 第6会議室
- [32] 2月18日(水) 9:50-11:50 第4会議室
- [33] 2月27日(金) 18:00-20:00 第6会議室

- [34] 3月 8日(日) 9:50-11:50 第4会議室
- [35] 3月18日(水) 9:50-11:50 第6会議室
- [36] 3月27日(金) 18:00-20:00 第6会議室

*開始時間厳守しています。ご協力ください。
*事情により開催を中止することがあります。

- ◆参加費：各時間帯(2時間)1000円
- ◆定員：各時間帯 5名(先着順)
- ◆申込み方法：Eメールまたは電話で

Eメール：info-hanashite-hotto.net@ezweb.ne.jp

*メールでのお申込みは前日までお願いいたします。

携帯電話・スマートフォンからの
申込みは、便利なQRコードを
ご利用下さい。



電話：090-1249-8670 (担当：麻)

話してホッと広場では電話相談を行っておりません。
ご予約のお電話のみ承っております。

留守設定の場合は、氏名、希望時間帯の番号、連絡先
を残していただけましたら、
折り返しご連絡を差し上げます。

話して「ホッと広場」Q&A

Q: どんな方が参加されていますか？

A: どなたでも自由に参加できます。

- ・コミュニケーションが苦手な人
- ・なにか生きづらさを感じている人
- ・なぜか人間関係が上手くいっていない人
- ・辛い思いを吐き出したい人
- ・自分さがしのヒントを得たい人
- ・こんなことで悩んでいるのは自分だけかなと思っている人



Q: どのように「話してホッと広場」は進行するのですか？

A: 参加された方が思い思いに話し出されることが多いです。

- ・他の人の話を聞いているだけでもOKです。
- ・参加者・カウンセラーは実施日により入れ替わります。

いっぱい話して
聞いて
ホッとしたいな

私だけじゃ
なかった

安心して本音が言える場所って
ありそうでなかったよね



話してホッと広場は 個人情報保護法に基づいて運営しています。
「ここでの話はここだけで！」 守秘義務厳守でお願いします。



交通案内

- JR東西線・北新地駅 東出口より徒歩1分
- 地下鉄 谷町線・東梅田駅南改札より 徒歩5分
- 地下鉄 御堂筋線・梅田駅南改札より 徒歩7分
- 地下鉄 四ツ橋線・西梅田駅南改札より 徒歩3分
- JR大阪駅より 徒歩10分
- 阪神電車・梅田駅より 徒歩7分
- 阪急電車・梅田駅より 徒歩13分

大阪市立総合生涯学習センター

〒 530-0001 大阪市北区梅田1-2-2
大阪駅前第2ビル 5階
電話: 06-6345-5000



話してホッと広場は (公財) 関西カウンセリングセンター認定 上級心理臨床カウンセラー8名が在籍しています。

ホームページ <https://hanashite-hotto.msyk.jp/>

話してホッと広場

since2008