

【2026年4月～6月版】

# 話して ホツ と広場

ことばにしたら何かが見つかるかも・・・

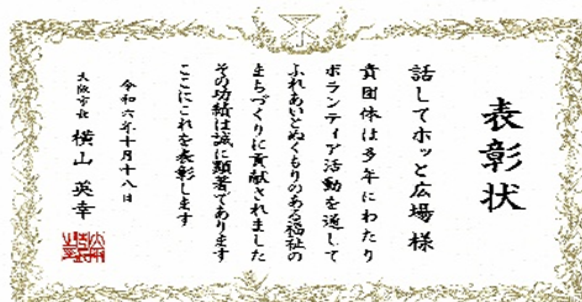
どなたでも気軽に参加できます。

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？



「話してホツと広場」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陰です。  
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 [1] ～ [9] を申し込み時にお知らせください。

- |      |          |             |       |
|------|----------|-------------|-------|
| [01] | 4月12日(日) | 9:50-11:50  | 第3会議室 |
| [02] | 4月17日(金) | 18:00-20:00 | 第6会議室 |
| [03] | 4月29日(水) | 9:50-11:50  | 第6会議室 |
| [04] | 5月3日(日)  | 9:50-11:50  | 第2会議室 |
| [05] | 5月20日(水) | 9:50-11:50  | 第4会議室 |
| [06] | 5月29日(金) | 18:00-20:00 | 第6会議室 |
| [07] | 6月12日(金) | 18:00-20:00 | 第3会議室 |
| [08] | 6月17日(水) | 9:50-11:50  | 第3会議室 |
| [09] | 6月21日(日) | 9:50-11:50  | 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)
- ◆申し込み方法：Eメールまたは電話で

Eメール：[info-hanashite-hotto.net@ezweb.ne.jp](mailto:info-hanashite-hotto.net@ezweb.ne.jp)

\* メールでのお申込みは前日までをお願いいたします。

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)

\* 話してホツ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。

留守設定になっている場合は、氏名、希望時間帯の  
番号、連絡先を残して下さい。折り返しご連絡  
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  
ホッとしたよ

私だけじゃ  
なかった

安心して本音を言える場所って  
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