

【2026年7月～9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・・・

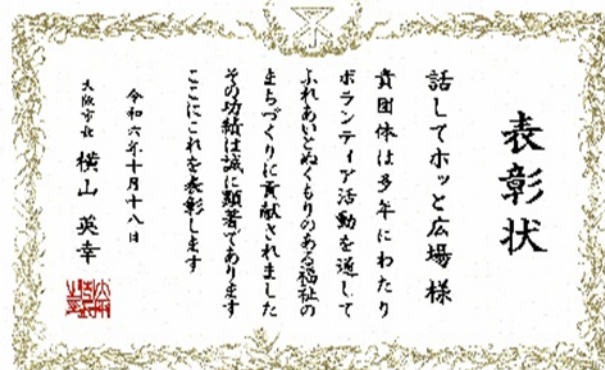
どなたでも気軽に参加できます。

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 [10] ～ [18] を申し込み時にお知らせください。

- | | |
|--------------------------|-------|
| [10] 7月15日(水) 9:50-11:50 | 第4会議室 |
| [11] 7月19日(日) 9:50-11:50 | 第6会議室 |
| [12] 7月31日(金)18:00-20:00 | 第6会議室 |
| [13] 8月 5日(水) 9:50-11:50 | 第6会議室 |
| [14] 8月16日(日) 9:50-11:50 | 第6会議室 |
| [15] 8月28日(金)18:00-20:00 | 第6会議室 |
| [16] 9月11日(金)18:00-20:00 | 第6会議室 |
| [17] 9月20日(日) 9:50-11:50 | 第6会議室 |
| [18] 9月30日(水) 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



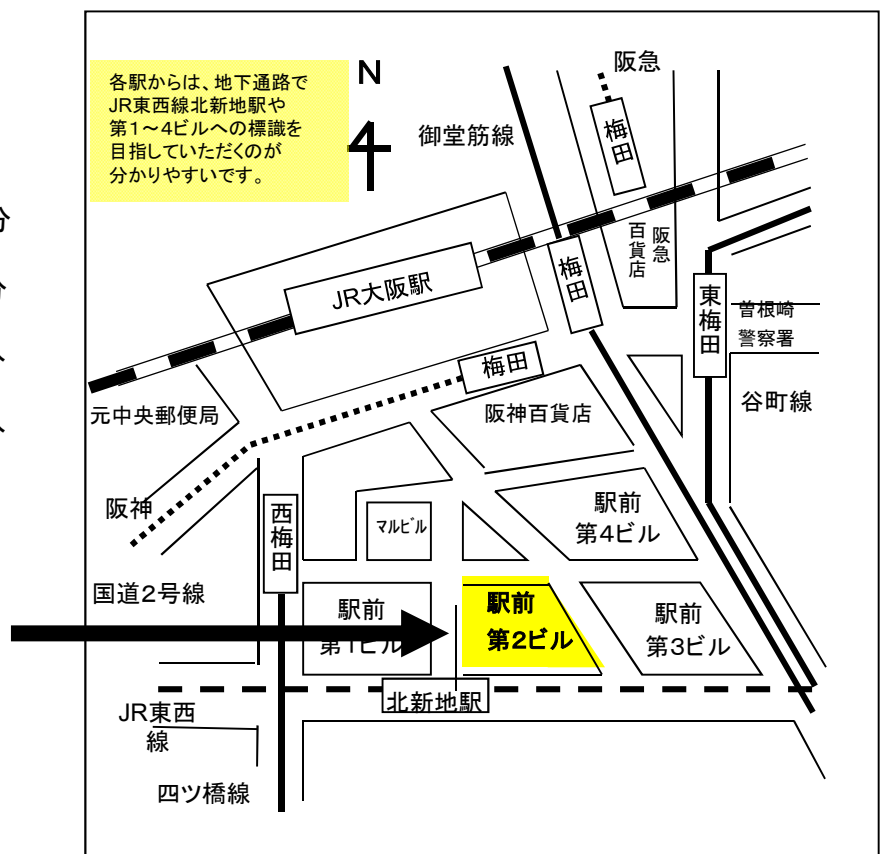
**話してホッと広場は個人情報保護法に基づいて運営しています。
「ここでの話はここだけで！」 守秘義務厳守でお願いします。**

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