

# 40 歳を過ぎたら 生きるのが ラクになった



世の中には、女性であることや年を重ねることへのネガティブメッセージがあふれ、生きることや働くことのしんどさは増すばかりです。そんなメッセージにモヤモヤしたりダメージを受けたりしていても、疲れるだけ。

あなたにも私にも今を変える力があることを、忘れないで！

社会に多発する男尊女卑案件、自身の毒親の呪いからの脱出や子宮全摘手術などの経験も爆笑エッセイに変えてしまう、「読むと元気になれる」と人気の作家・アルテイシアさんに、今を変えるやり方やモヤモヤの解決法について語っていただきます。

## 講師:アルテイシア (作家)

### <プロフィール>

神戸生まれ。大学卒業後、広告会社に勤務。夫であるオタク格闘家との出会いから結婚までを綴った『59番目のプロポーズ』で作家デビュー。著書『40歳を過ぎたら生きるのがラクになった』『離婚しそうな私が結婚を続けている29の理由』ほか、多数。

- ◇日 時 2021年7月11日(日) 14:00~16:00
- ◇会場 西宮市男女共同参画センター ウェーブ411学習室
- ◇定員 会場参加 40人 / オンライン(zoom)参加 30人 (いずれも要申込・先着順)
- ◇参加費 無料
- ◇申込方法 6月10日(木)より受付開始、7月9日(金)にて受付終了。裏面の申込用紙に必要事項をご記入のうえウェーブ窓口(月~土 9:00~17:15)にお持ちいただくか、電話またはeメールにて必要事項をお伝えいただき、お申込みください。
- ◇託児 あり(1歳~就学前の子ども10人・無料・要申込・先着順) ※申込受付は7月2日(金)まで

お申込み  
お問合せ

西宮市男女共同参画センター ウェーブ 〒663-8204 西宮市高松町4-8 プレラにしのみや4F

TEL:0798-64-9495 FAX:0798-64-9496 \*おかけ間違いのないようお願いします。

eメール:vo\_jyosei@nishi.or.jp

★フェイスブックでも情報発信しています。<https://www.facebook.com/nishi.wave/>

ウェーブは「西宮市男女共同参画プラン」の基本理念【誰もが性別にとらわれることなく、互いに尊重し合い、一人ひとりの力を活かすことができる社会の実現】に向けて取り組んでいます。



講演会参加申込書

ウェブ 電話番号：0798-64-9495

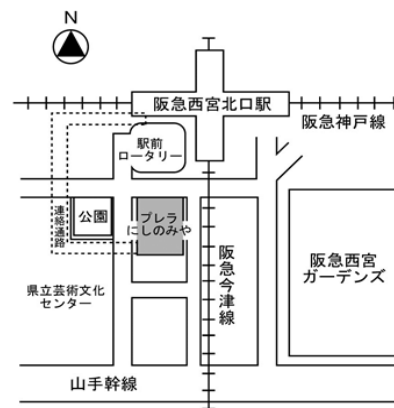
講演会「40歳を過ぎたら生きるのがラクになった」

日時：2021年7月11日(日)14:00~16:00

会場：西宮市男女共同参画センター ウェーブ

(プレラにしのみや4F) 411 学習室

講師：アルティシア (作家)



阪急西宮北口駅 南改札口から約200m  
西宮市男女共同参画センターウェーブは  
プレラにしのみやの4階です

■申込日 2021年 月 日

名前 (ひらがな)	〔 〕		
電話		年代	20/30/40/50/60/70/( )代
住所	1. 西宮市 / 2. 市外 ( )		
参加方法	1. 会場 / 2. オンライン(zoom) ※オンラインの場合は、e-mail アドレスも		
e mail アドレス			
講師への質問	※いただいたすべての質問に講師がお答えできないことを、ご了承ください。		
託児	無 / 有 (対象は1歳~就学前) ※有の場合は、子どもの名前と年齢も		
お子さんの名前 (ひらがな)	年齢	歳 カ月	
お子さんの名前 (ひらがな)	年齢	歳 カ月	
託児の注意事項	★持ち物：着替え、おむつ (替えパンツ)、子どもの飲み物が入った水筒、タオル。 ★おやつ、おもちゃは持参しないでください。 ★当日は、講座10分前からお子さんをお預かりいたします。 ★★託児をキャンセルする場合は、必ず前日までにご連絡ください。		

■e-mailでお申込みの方は、送信後、ウェブからの返信をもって参加の受諾といたします。送信から3日を過ぎても返信がない場合は、ご連絡ください。

■お申込み時にいただいた個人情報、本講座運営上の目的以外で使用することはありません。

■新型コロナウイルス感染拡大の状況により、事業を変更・延期・中止とする場合があります。

■会場参加の方は、当日、マスクの着用・手指の消毒・検温にご協力くださいますよう、お願いします。

■~気象警報等による講座中止について~

西宮市において震度5弱以上の地震が発生した場合及び、午前8時現在気象警報(暴風・大雨・洪水・大雪のいずれか)が発令又はそれ以降講座開始時間までに発令された場合、講座は中止します。

午後の開催講座についても西宮市において震度5弱以上の地震が発生した場合及び、講座開始2時間前に気象警報(暴風・大雨・洪水・大雪のいずれか)が発令中、又はそれ以降講座開始までに発令された場合、講座は中止します。

注!! ウェーブから個別の連絡はいたしませんので、各自で十分にご注意ください。