

L.A. 関西 女性クローズド・プログラム

斎藤 学 ワークショップ in 京都

「窓枠を変えると景色が変わる」

—今を味わい楽しみ生きていく—

親から押し付けられた価値観、つらくて重くて仕方ない。

今の現状を変えたい！自分を変えたい！でもその方法が分からない。

扉の開け方が分からない。

一人で悩むのではなく仲間に心を開き

斎藤先生の鋭くもユーモアと示唆に富んだ会話の中で

解決策を見つけませんか？

一人では見えなかった景色がここならきっと見つかるはず。

10月に続いて斎藤先生の京都でのワークショップ。

同じ悩みを持つ仲間のぬくもりがあなたを待っています！

《日 時》 2026年3月15日(日) ◆10時～17時

《会 場》 ウィングス京都 2Fセミナー室A

地下鉄烏丸御池駅(5番出口)

地下鉄四条駅・阪急烏丸駅(20番出口)

下車徒歩約5分

《参加費》 10,000円 (コア会員5000円)

《定 員》 25人 [予約制・先着順]

《申し込み》 申し込みフォーム (裏面をご覧ください)

《講師プロフィール》

さいとう さとる

斎藤 学

家族機能研究所代表 精神科医

アルコール依存症、摂食障害、児童虐待、性暴力など多岐にわたる

「現代の病」の研究の第一人者。

行動する精神科医としてセルフヘルプグループの活動支援、執筆

などでも活躍しておられる。

《L・A・関西について》

京都で 1995 年に発足。
生きづらさ、共依存からの回復を目指す
自助グループとして 31 年間、
ウイングス京都にて
第二土曜日 10：00～12：00
毎月ミーティングを続けている。

《当日スケジュール》

9:30	受付開始
10:00～10:30	ミニグループミーティング
10:30～12:30	斎藤ミーティング①
12:30～13:30	昼休み
13:30～15:00	斎藤ミーティング②
15:00～15:15	休憩
15:15～16:30	斎藤ミーティング③
16:30～16:50	シェアリング

※プログラムは変更する場合があります。

《お申し込みについて》

①申し込みフォームに記入。

右のQRコードを読み込んでお申込みください。→



申込期限：3月9日（月）まで

（こちらのアドレスです■<https://forms.gle/Hq5WwS3UL3uUDCwY7>）

②参加費を下記口座にお振込みください。

お振込み期限 3月9日（月）

〈振込郵便口座〉 14430-44600491

口座名称 エルエーカンサイ

③入金を確認後、ご予約完了メールを送らせていただきます。

申込フォームと参加費の入金が確認できた時点で正式な受付の完了となります。

3日待たれてもメールが届かないときはお手数ですがご連絡をお願いします。

キャンセルによる返金はできません。

定員になり次第締め切らせていただきます。その場合参加費は返金させていただきます。

申込の際、返金先口座（銀行名・支店・口座番号）をご記入ください。

返金が発生しない場合は終了後、責任をもって破棄いたします。

現在治療中の方は主治医、セラピスト等とご相談の上、参加をお考え下さい。

会場におこしの際は電車、バス等の公共交通機関をご利用ください。

お問い合わせは下記アドレスまでメールでお願いします。

lakansai2007@yahoo.co.jp