

Highly Sensitive Person & Child

- ・気が付きすぎる
- ・考え続けて疲れてしまう
- ・洋服のタグやアクセサリ、締め付けが苦手
- ・いつも周り人の顔色をうかがってしまう
- ・音やにおいや味や光の変化にとっても敏感
- ・感受性が強く、他者の気持ちに影響されがち

思い当たるなら・・・



5人に1人の HSP・HSC (繊細さん) かも!?



- * HSP は生まれ持った気質で、病気や障がいではありません。
- * 石橋を叩いて渡るように慎重で、危機回避能力が高いです。
- * 100種類以上の生物にみられる種が生き残るための戦略です。
- * 日本では、神経質・気にしすぎなどマイナス評価されがちです。
- * 子ども時代は HSC (Highly Sensitive Child) と呼ばれます。
- * 原因がわからない不登校の8~9割は HSC という説もあります。
- ★ 繊細な特性を理解すると、刺激対策をとりやすくなります。

2022年 **4月30日 (土)** 13:30~15:30

受付開始
4/5 10時

講座詳細



気が付きすぎて疲れる気質HSP入門

2022年 **6月30日 (木)** 10:30~12:30

※ 未就学児の同伴可

受付開始
6/7 10時

講座詳細



繊細な子どもHSCの特徴と子育て

料金：各回 500円 (資料代)
 定員：HSP/HSCに関心のある方各回 6名
 場所：豊中市市民活動情報サロン
 阪急宝塚線豊中駅北改札口前
 持ち物：筆記用具
 申込：豊中市市民活動情報サロンに来館
 ※要事前申込 または電話 06-6152-2212
 開館時間 午前10時から午後7時 水金は午後9時まで
 ※休館日 日・月・祝・年末年始

ほくせつ
マメの木

市民活動グループ

実施団体：ほくせつマメの木
問い合わせ：385kumakawa@gmail.com



HSPの概念を知り
半世紀分の?が!に

ほくせつマメの木 副代表
HSC子育て経験のある
熊川サワコ (HSS型HSP) が
ご案内いたします。