

『言葉にできないあなたのもやもや
～心を軽くしてみよう～』

ため息なんか
ついてどうしたの？

あっ…

ほあ

なんていうか…
なんでもかんでも
心配して、もやもや
してるの…

最近うまく
いかないっていうか
学校も家族も…
将来とか
不安になってるといふか

友達に気つかわせちゃうの
イヤだし…

大丈夫
大丈夫

そんなに
たいしたこと
ないし…

大丈夫？
話聞くよ



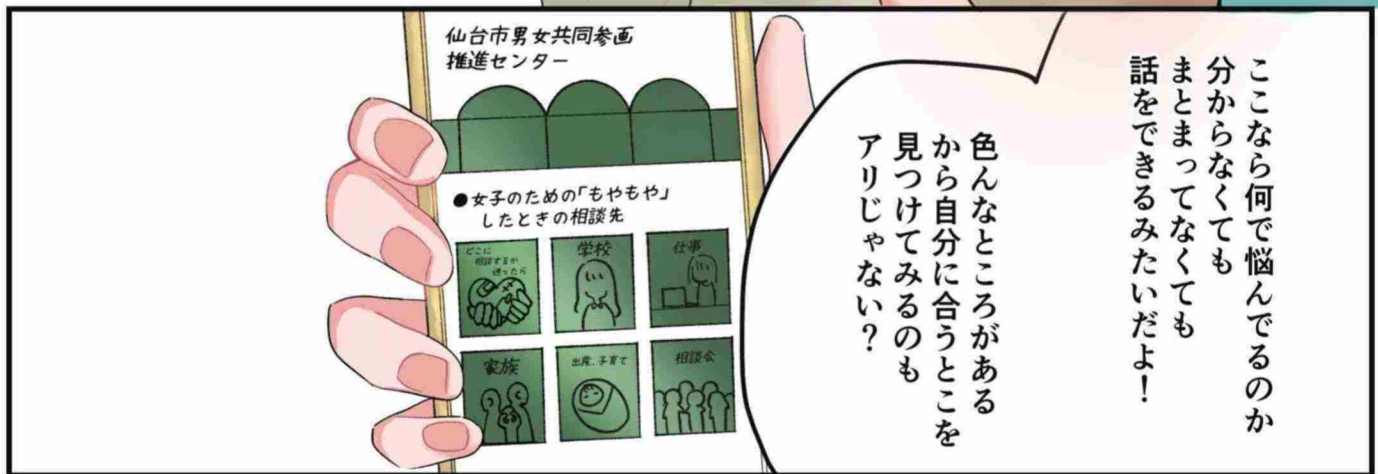
確かに：
知ってる人には
話しづらい時もあるよね

じゃあさ
こういうところに
話をしてみるのはどうかな？

話をすることで
自分の悩みが
整理出来たり
するかもよ？

ほら

？



ここなら何で悩んでるのか
分からなくても
まとまってなくても
話をできるみたいだよ！

色んなところがある
から自分に合うところを
見つけてみるのも
アリじゃない？

仙台市男女共同参画
推進センター

●女子のための「もやもや」
したときの相談先



そっか〜：
自分が何で悩んでるか
分からなくても聞いてくれるんだ

そうだよ
まずは話だけでも
聞いてもらって
気持ち軽くしよ