主催：愛HUG会　共催：福岡県男女共同参画センター「あすばる」

福岡県ジェンダー平等フォーラム2026 県民企画事業

愛HUG会

じぶん発見！いいところ発掘！みつかるカードゲーム 手作りお守り体験

子どもも大人もシニアも大歓迎！

自分の魅力に気づく時間を一緒に過ごしませんか？



周りの人や自分のいいところがきっと見つかる♪

2026年
11月15日(日)
14:00～16:00

会場
クローバープラザ
（春日市原町3丁目1-7）
西棟8階　第3和室AB

参加料 1人100円

カードゲームのやり方

臨床心理士・心理カウンセラー監修の
周りの人や自分の魅力が見つかる！魔法のようなカードゲームです。

① カードを選ぶ



カードを引き、
サイコロをふる。

② 描いてある人のことを話す



サイコロの数だけ、
その人の魅力を
話します。

③ みんなで聴く



周りの人は、
あたたかくうなずき、
受け止めます。

④ 新たな気づき



自分では気づかなかった
魅力や良さに
出会えます。

ゲームのあとはお守りを作ってさらに自分らしさを見つけましょう♪

こんなカードを使います（イメージ）



手作りお守り体験



自分だけのオリジナルお守りを作ります♪

講師 愛HUG会

得意なことも、苦手なことも、
全部OK!と自分を認めてあげること、
ありのままの自分を「受け入れよう!」

心理カウンセラーや女性防災士、
健康指導者など「人に寄り添う」
メンバーで構成されています。



お問い合わせ　090-7389-6912（愛HUG会 代表 福島）