



10/25^{sun}

くまもと森都心プラザ

今度は、 別の通りを歩く

自分を大切にして 見えてきたもの

誰かと関わるたびに、
苦しくなっていませんか？

- ✓ 参加無料・申込不要
- ✓ 途中参加OK
- ✓ 聞くだけでも大歓迎
- ✓ 託児あり（詳細は下記QRへ）

初めての方も歓迎です。

つい自分を後回しにしてしまう。
相手に振り回されてしまう。

そんな生きづらさを感じたことはありませんか。
共依存（Co-dependency）は、
人との関係の中で 自分を見失ってしまう状態
とも言われています。

このミーティングでは、
そこから回復し 自分を大切にして生きる力を
取り戻してきた人たちが、体験を分かち合います。

共依存という言葉にピンと来ない方も、
ただ少し疲れている方も、
どうぞ気軽にお越しください。

CoDA（Co-Dependents Anonymous）は、
共依存からの回復を目的とした自助グループです。

CoDA-JAPAN 26周年記念 オープンスピーカーズミーティング

日時：2026年10月25日（日）

13:00 - 16:20 ※12:40 受付開始

場所：くまもと森都心プラザ 6F

熊本市西区春日1-14-1

※会場はお借りしているだけです。お問い合わせ
は下記よりお願いいたします。

※駐車台数が限られております。公共交通機関を
ご利用ください。

参加方法：会場参加

（一部プログラムをZoom配信）

詳細・Zoom配信
はこちらから



主催：CoDA-JAPAN