

女性限定 託児付き 材料費あり

輝く女性になるために、

今から始める

自分磨き!



平成31年1月23日(水)・30日(水)

時間：午前10時～12時 会場：さんかくプラザ 全2回講座
(郡山市男女共同参画センター)

- 対象：女性の方
- 定員：30名(先着順)
- 託児：15名(1歳～就学前) ※要予約
- 材料費：1,500円
- 持参物：筆記用具(23日)・ハサミ(30日)
- 申込〆切：平成31年1月16日(水)
- 申込方法：材料費を添えて窓口でお申込みください。
- 受付時間：午前8時30分～午後5時15分
(第3日曜日を除く)



女性の心とからだは日々、変わります。好きなことをする。楽しいことをする。きれいなもの、可愛いものをたくさん見る。

心が満たされると「ゆとり」が出来ます。自分を見つめ直す、良い機会になります。

毎日少しずつ、その時間を増やしていきましょう。きっと素敵な輝く女性に♪

『自分磨き!』を始めましょう。



1/23

体のリスクと心の変化

【講師】医療法人 慈繁会 トータルクリニック
土屋 あさ子 さん

1/30

作ってみよう♪ ハーバリウム

【講師】ポーセラーツインストラクター
佐藤 舞 さん



【お問合せ先】

さんかくプラザ 
郡山市男女共同参画センター
(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)

〒963-8876 郡山市麓山二丁目9-1
TEL024-924-0900

「生と性を考える講座」

申込書

ふりがな		年代	代	電話番号		
氏名		託児		なまえ(ふりがな)	年齢	性別
					歳 ヶ月	男・女
					歳 ヶ月	男・女

※個人情報は受付名簿作成のために使用します。目的以外に使用することはありません。