

HAPPY MOTHERセミナー (全3回)

～心とからだのメンテナンス～

いつも「子どものため」「家族のため」にがんばっているママ。
日頃は後回しになっている自分のココロとカラダを
見つめなおしてみませんか？3回の講座でリフレッシュ！

場 所：小野市うるおい交流館エクラ

時 間：いずれも 土曜日

13：30～15：30

参加費：300円

締切り：6月21日(月)

定 員：20名

7/3 「聞いてみよう 乳がんのこと」

乳癌についての早期診断と最新の治療
+乳癌についてのなんでもQ&A

講師：市民病院外科部長

土屋 和彦さん

7/10 「アロマで タッチングコミュニケーション」

香りの力と簡単活用法を体験。
♪オイルとハーブのお土産つき♪
持ち物：タオル1枚
爪は切っておいてください。

講師：NPO 法人 海・空・太陽

藤本 真由さん

7/24 「らくらくイライラ解消法 ～こころから笑える

わたしになるために～」

気持ちのコントロール法と親学び

講師：心理スペース「ぼれぼれ」

いなまつ ゆかさん

託児つき

(無料・要予約 1歳以上

小学3年生まで)

問合せ先

〒675-1366

小野市中島町72番地

小野市うるおい交流館エクラ

小野市男女共同参画センター「女性講座」係

TEL：0794-62-6765 FAX：0794-62-2400

Eメール：danjo@ksks-arche.jp

●申込方法：窓口・電話・ハガキ・FAX・メールで

住所・氏名・電話番号・託児の有無をお知らせください。

..... (FAXの場合は切り取らずに送信してください)

女性講座申込書

氏名		年齢		TEL	
住所	〒				
託児希望	名前(ふりがな)	()	年齢	歳 ヶ月	男・女

いただいた個人情報は、セミナー事務連絡以外では使用いたしません。