

男女共同参画センター主催講座

母さんのためのリラックス講座 vol.2

子どもはかわいい。
けれど、離れる時間が欲しい。自分に戻る時間が欲しい。一生懸命頑張っている「子育て母さん」を、ゆるめるための講座です。



■日時 8月1日、8日、22日、29日（毎週火曜日）
10時～正午頃 全4回シリーズ

プログラム	講座	講師
第1回	カラーコーディネート	小川 千草さん
第2回	温灸&セルフメンテナンス	山本 遼介さん
第3回	アロマテラピー	篠原 英子さん
第4回	茶話会	

■場所 うきは市民センター（図書館）3F

■人数 12名 ■受講料 1,000円（他に、温灸材料費の実費負担あります）

■託児 あり（3日前までに要予約・無料）

●申込み・問合せ先 男女共同参画センター・だんだん Tel77-2661（平日8時30分～17時）

— <これまで受講された皆さんの感想> —

少しの間だけでも子どもと離れてリフレッシュできた。子どもがよいかわいく思えた。
知らなかったママさんたちと話せて、友だちを作る事ができて良かった。今度一緒にランチに行きます。

食品の「加工」を学ぶのだ講座 Vol.1

～今あるもったいない素材を使って保存食を！～

食品をつくるのが好きな方は大勢います。世に送り出せる商品に出来るかどうかは、「加工品作りのための基礎」を学んでいるかどうかです。実地で共に学びましょう！



■日時 8月3日、10日（木）
18時30分～21時30分

■場所 御幸コミュニティーセンター・調理室

■人数 20人

■受講料 3,000円

■託児 あり（3日前までに要予約・無料）

■講師 尾崎正利さん（職彩工房たくみ代表／福岡県農業大学校講師）

●申込み・問合せ先

男女共同参画センター・だんだん Tel77-2661（平日8時30分～17時）

— <昨年受講された皆さんの感想> —

自己流の加工品作りになっていたの、見直しが出来て良かった。家庭でも好評で良かった。
正しい方法がわかって良かった。加工商品を販売するベースを学ぶ重要性がわかった！

