

女の生き方塾

ひとはな 咲かせるための

攻略ガイド

まだまだ棄てたもんじゃないワタシ。だてに生きてきたわけじゃない。世は団塊夫が帰ってくると騒ぎ立てているけれど、だからどうだって?!
 「おとなのいい女」になるために、このエネルギーと底力で軽やかに人生乗り切ろう!!
 そして「ひとはな」も「ふたはな」も咲かせよう!!



**9月14日～10月26日の
毎週金曜日
午後2時～4時** (10月12日を除く)

- ◆場 所:大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」(裏面に地図)
- ◆対 象:50歳以上の女性30名(定員を超えた場合は抽選になります)
- ◆費 用:無料
- ◆申込方法:往復ハガキかFAXで。(詳細は裏面を参照してください)
- ◆申込締切:9月4日(火)必着



内容は…講師のお話を聞きつつ思いを語る…

9/14	「おとなの女」の時代がやってくる～しほりを解いて“素”で生きる
9/21	もどってくる…その人の名は「夫」～もう一人の手ごわいやつ、それは娘
9/28	自分気づきのアートセラピー～母でもなく妻でもない「女」として
10/ 5	最後まで自分で選ぶ人生を～終のすみかのイメージある?
10/19	カラダとアタマの鍛え方伝授～気功法でいつまでもパワーアップ!!
10/26	咲きますわよ“ひとはな”も“ふたはな”も～主婦として培った底力を生かす

■主催:大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」 ■共催:大田区

*この事業はNPO 法人男女共同参画おおたが区の補助を受けて実施しています。

講師陣も「スゴイ」んです !!

☆ 2回目(9/21) 渡辺 美恵さん

NPO 法人「生活企画ジェフリー」理事長。身近な家庭生活や家庭環境などあらゆる場面から、男女の平等にかかわるさまざまなプロジェクトに取り組んでいます。1999年、(財)東京女性財団の助成を得て『おんぶにだっこ～女性と家族の構造～』等を出版。

☆ 3回目(9/28) 依浮とし子さん

「アトリエ・イフ*シーエイテイー」を主宰。カラー&アートセラピー、アロマセラピー、ドリームワークなどさまざまな講座やワークショップを開催して活躍中。

☆ 4回目(10/5) 松原 惇子さん

ノンフィクション作家。1988年『クロワッサン症候群』(文藝春秋刊)はベストセラーとなり流行語にもなりました。1998年に「個を生きる女性たち」を応援するNPO法人「SSS(スリーエス)ネットワーク」を立ち上げ活動中。『大人のいい女講座』『50歳からのいい人生の生き方』など著書多数。

☆ 5回目(10/19) 大沼もと子さん

気功、アロマセラピー、呼吸法などを使った簡単で誰でもできる、からだほぐしのインストラクター。CAP(子どもへの暴力防止プログラム)、Wen・Do(女性のための護身術)のインストラクターでもある。

◆申込方法◆

往復ハガキか FAX に①女の生き方塾
②〒住所③名前(ふりがな)④年齢
⑤電話番号・FAX 番号をご記入のうえ
お申込みください。

* 個人情報は適切に管理し、今後の講座の案内等に使用させていただきます。目的以外では使用いたしません。

◆申込締切◆

9月4日(火)必着

●●●会場・申込先●●●

大田区立男女平等推進センター
「エセナおおた」

☎143-0016

大田区大森北 4-16-4

TEL: 03-3766-4586

FAX: 03-5764-0604

E-MAIL: escena@escenaota.jp

(返信ハガキ表面)

(往信ハガキ裏面)

<input type="checkbox"/> 〒 あなたの住所 名前 様	①「女の生き方塾」 ②〒住所 ③名前(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号・FAX番号
--	--



●JR大森駅から徒歩8分。駐車場はありません。