

幸せオーラを 味方につける

女性学講座

9月28日～12月7日
毎週金曜 10時～12時
(11月23日を除く 全10回)

保育付き!



自分の時間、ありますか?

子ども相手に「待ったなし」の生活、同じコトの繰り返しで時間だけが過ぎていく…ホントにこれでいいの??このへんでちょっとブレイク、ココロとカラダをリフレッシュ♪ 保育は大好評の保育ネットワーク“Bear”です!

会場：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

対象：未就学児を持つ女性

定員：30名（応募者多数の場合は抽選）

参加費：無料

保育：1歳以上未就学児を30人までお預かりします。

保育料は1人あたり1回500円。

申込方法：E-Mail（PC・携帯）またはFAX（裏面参照）

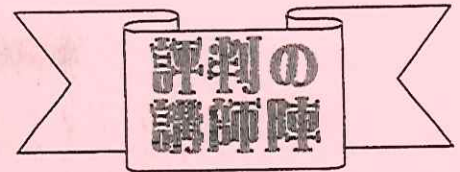
主催：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」 共催：大田区

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





	日程	詳しいテーマ・内容は・・・
1	9/28	はじめまして♪
2	10/5	直伝! ママライフを楽しむ秘訣♪
3	10/12	ココロを軽く、もっと気楽に子育てを!
4	10/19	ワタシを取り巻く環境~ちょっと違った視点から~
5	10/26	そうなんだ! ホントは身近なゾウ-
6	11/2	強さって何だろう、あなたに伝えたい大切なこと・・・
7	11/9	WEN-DO ココロとカラダに効く 実践! 護身術!
8	11/16	コミュニケーション上手になる①~キモチ伝えていますか~
9	11/30	コミュニケーション上手になる②~キモチをコトバにしてみる~
10	12/7	こんなワタシも好きです♪~幸せオーラを味方につける~



古澤里美さん
(保育ネットワークBear 代表)

萩原なつ子さん
(立教大学准教授)

橋本明子さん
(WEN-DO インストラー)

岡智子さん
(アサーティブトレーナー)

申し込み方法

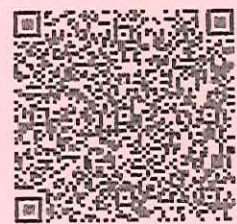
E-Mail (PC・携帯) または FAX に

- ①「幸せオーラを味方につける女性学講座」
 - ②〒住所③名前 (ふりがな) ④年齢⑤電話番号
 - ⑥保育希望の場合はお子さんの名前 (ふりがな)
- 年齢、FAX 番号または PC メールアドレスをお書き下さい。お送りいただいた情報は講座目的以外には使用しません。

申込先

E-Mail escena@escenaota.jp

FAX 03-5764-0604



ケータイで
お申込み
できます

申込締切

2007年9月20日(木) 必着

主催・問合せ先

〒143-0016 大田区大森北 4-16-4

大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

電話 03-3766-4586

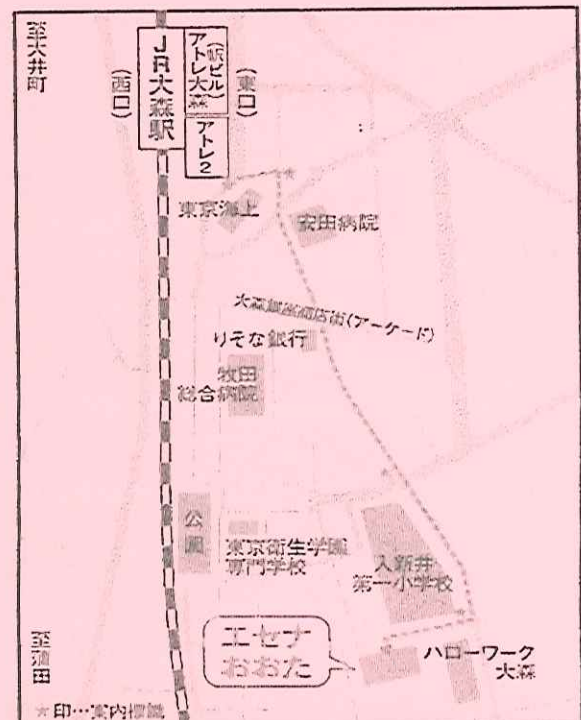
FAX 03-5764-0604

HP <http://www.escenaota.jp>

♪この講座は、春に行なわれた「ココロを軽くする女性学講座」の受講者から企画員を募り、子育て真っ最中のメンバー7名で作りました♪

~前回の受講者感想より~

- ・たった週一回、子どもを預けただけでこんなにもストレスが無くなるとは思わなかった。
- ・自分でも気付かなかった自分がいました。
- ・いろんな人の意見を聞くと新鮮な気持ちになれました。
- ・悩みは共有されると個々がラクになるので、こういう場があるとありがたいです。



*印…案内標識
*JR大森駅から徒歩8分。駐車場はありません。