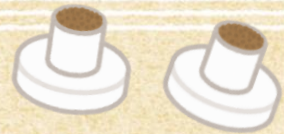




※八頭町健康ポイントラシーとは、健康づくりへの関心を高め、実践していただくきっかけづくりとして実施し、生涯を通じた健康づくりの支援と健康寿命の延伸につながることを目的としています。



はじめてのお灸教室

～自分で自分をケアする～

お灸の体験もあります

冷え性、むくみ、のぼせ、また生理痛などの女性特有の身体の不調をケアするためのお灸の使い方や、家庭での対処法について学びます。

2月19日 水

10:00～11:30

受付 9:45～

講師

えみ ゆう こ
江見 木綿子 さん
(江見はりきゅう治療院)

会場：八頭町男女共同参画センター「かがやき」

対象者：八頭町に在住または通勤している方

服装：ゆったりとした服装

※ひざを出せる服装でお越しください、タイツ類はご遠慮ください。

持物：筆記用具

参加費：500 円（託児あり無料）

定員：16 名

締切：2月10 日(月)

申込方法：電子申請または電話でお申込みいただくか、参加申込書に記入のうえ、持参またはFAXしてください。



電子申請はこちらから

女子会@やずメンバー募集中！！

20～40代の女性が集い、スキルアップやネットワークづくりをしつつ、男女共同参画や女性の視点・アイデアをまちづくりに活かすべく活動をしています。女性ならではのアイデアと活動力で一緒に活動してみませんか？

※対象は八頭町に在住または通勤している18歳～概ね45歳の女性です。(高校生除く)



昨年のお菓子作り教室の様子

【申込み・問合せ先】

八頭町男女共同参画センター「かがやき」

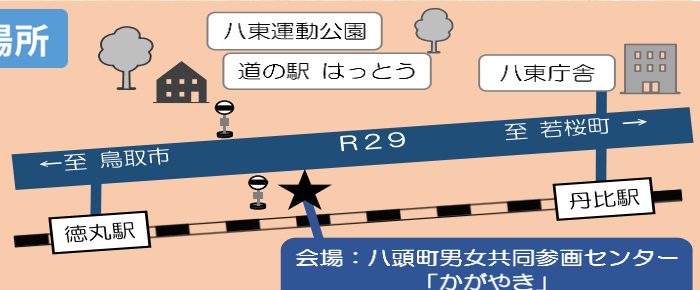
八頭町徳丸 578-1

電話:0858-84-2361 FAX: 0858-84-2362

【開館時間】8:30～17:15

(土曜・日曜・祝日、年末年始は除く)

場所



FAX・持参

参加申込書

(2月19日開催)

ふりがな			
氏 名	住 所		
	TEL	-	-
託児を希望される方のみご記入ください	ふりがな お子さま氏名	年 齢	歳 ヶ月

※ご記入いただいた個人情報は、当講座の運営以外には使用いたしません。

6 か月～12 歳まで