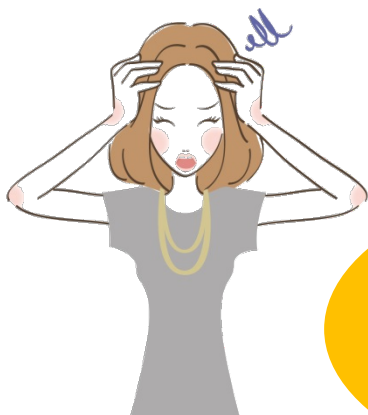


【働く女性応援セミナー(講演&体験)】
働く女性のためのストレス対処法

&
リラックスヨガ



令和元年 **12**月**8**日(日)
13:00~16:00

★対象:働く女性

★講師:井口 和子さん(臨床心理士、産業カウンセラー、株式会社プラスアルファー代表取締役、
大人のための発達障害サポートセンター代表)

★整体ヨガ指導:山崎 浩子さん(日本総合ヨガ普及協会指導師)

★場所:レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター2階講座室(4) & 3階和室

★定員:14人(先着順) ※ヨガのみの参加はできません。

★受講料:無料

★一時保育:1歳~就学前まで。申込時にお伝えください。

(希望者は、11/22(金)までにお申し出ください。)

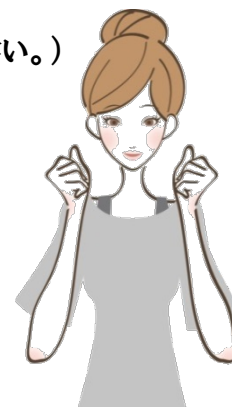
★持ち物:タオル、水分補給用の飲料水

★申込:11/6(水)以降に電話・FAXで、
いずみさの女性センターへお願いします。

★協力:女性就業支援全国展開事業

※運動できる服装で参加してください。(更衣スペースあり)

※ヨガマットがあれば持参してください。



《申込・問合せ》

TEL & FAX 072-469-7125

いずみさの女性センターまで

〒598-0005 泉佐野市市場東1丁目295-1
(生涯学習センター内)

受付時間:火~土曜日の午前9時~午後5時15分

