

受講
託児 **無料**

子育てママ対象
はままつ女性スクール

連続3回講座
1期・2期

からだとココロ

社会のこと

ほぐして気づいて考える

ジェンダーのこと

会場 あいホール203利用室

定員 1期・2期 各15名程度（先着順）

※託児の受け入れ人数により増減することがあります。

1期・2期いずれかを選んでお申込みください

※写真はイメージです

第1回

カラダもココロもリラックス

ときには、ママも自分をいたわりましょう。
軽い体操でカラダとココロをやわらかくほぐします。
楽しい交流タイムもあります。

講師 小野崎 あゆみさん（健康運動指導士）



1期

6/6(金)

2期

7/4(金)

第2回

絵本をジェンダーめがね®で 読んでみよう&交流

絵本をジェンダー視点で読んでみると、自分自身の
ジェンダーバイアスに気づくかも。絵本のワークショップもあります。

講師 池谷 由美子さん（あいホール図書コンシェルジュ）

6/13(金)

7/11(金)



第3回

ゲームで学ぶ防災 -HUG（避難所運営ゲーム）

もし災害が起きて、避難所に行くことになったら…？子どもを連れた避難所
での生活はどんなものになるか想像してみましょう。そこで起こりうる
困ったことをどう解決していくか、グループで話し合いながら学びましょう。

講師 下位 桂子さん（NPO法人あざれあ交流会議 代表理事）
國井 良子さん（NPO法人あざれあ交流会議 副代表理事）

6/20(金)

7/18(金)

いずれも午前10時～12時



1期・2期
お申込み

4月15日（火）午前10時より受付開始
あいホールホームページ（<https://ai-hall.com>）の
「講座・イベント情報」から、
または電話（053-412-0351）で申込み

託児

6か月以上就学前まで
〈5月30日（金）1期締切、6月27日（金）2期締切 / 無料 / 定員あり〉



お申込は
コチラ



お問合せ

あいホール
男女共同参画推進事業担当

〒433-8123
浜松市中央区幸三丁目3番1号
☎ 053-412-0351（9:00～17:00）
✉ info@ai-hall.com

1週間以内にメール返信のない場合は、電話でお問合せ下さい。

主催：浜松市 企画運営：NPO法人 浜松男女共同参画推進協会