

家事を一人で頑張らすぎない講座

会場：市民プラザ
第一会議室

(上越市土橋 1914-3)

関心のある方はどなたでも
ご参加できます

定員：**35名**

(要申込、申込順)

受付開始：11月5日(金)

11月27日(土)

参加無料

10:00~12:00

保育ルームあり 無料/要申込

定員：**5名** 申込締切：11月12日(金)

家事の事、悩んだり負担が大きいと感じていたりしませんか？一人で頑張りすぎていませんか？講座に来て思いを語ってみませんか？

講師に清水心澄さんをお迎えしてお話をお聞きします。その後は、グループ懇談会がございますので、この機会にぜひお越しください。



講師：清水心澄さん 仏画師

「ほのぼのの観音」と称した観音様の絵画
製作とその披露目を柱に、詰まる心の解放
役として精進されている。
海外など各地で個展も行われている。

お申し込みの詳細については裏面をご覧ください

企画・運営団体の紹介「男女共同参画を応援する市民の会」

男性も女性も共に住みやすい“まち”にするために、男女共同参画推進センターに登録し、活動している市民団体です。月に1回、なんでも話し合えるサロンを開いています。

申込み・問合せ

ウィズじょうえつ(上越市男女共同参画推進センター)

〒943-0821上越市土橋1914-3 上越市市民プラザ2階

電話：025-527-3624 FAX：025-522-8240 E-mail：d-sankaku@city.joetsu.lg.jp

受付時間：平日 8:30~17:15(土・日・祝・市民プラザ休館日(第3水曜日)を除く)

この講座は、上越市が男女共同参画推進センター登録団体に事業を委託しています。

企画・運営：男女共同参画を応援する市民の会