

じぶん磨き講座 2026 募集

第1回 5/13 第2回 5/20 第3回 5/27 第4回 6/3

毎週水曜日 10:00~12:00
(全4回)

<会場> 小郡市生涯学習センター

自分自身のために何か学びたい！いろいろな可能性を見つけたい！自分をブラッシュアップしたい！と考えている女性のための講座です♪

回	日程	内容	講師紹介は裏面に♪
第1回	5/13	女性の健康とセルフケア ~免疫力アップとPMSからゆらぎまでの対策~	
第2回	5/20	アロマで整える ~体調に寄り添うフレイバーティ作り~	
第3回	5/27	私も貴方も尊重するコミュニケーション ~アサーションでハッピーに~	
第4回	6/3	お家でできるセルフリンパケア ~流して・ゆるめて・整える~	

☆再チャレサポートスタッフ☆
同時募集!!

一年を通じて、受講生として女性再チャレンジ支援事業の講座の準備・受付などスタッフ業務をはじめ、講座開催のためのサポートを行っていただくボランティアを募集しています。

* ご興味のある方は、生涯学習課までお問合せください。

申込
専用フォーム⇒



【募集要項】

- ◆対象：育児や介護等で職業から一旦離れ、再び社会活動を考えている女性、またキャリアアップを考えている女性
- ◆定員：20名程度（応募者多数の場合は抽選）
- ◆受講料：各回200円
※5/20・6/3は別途材料費500円程度
- ◆託児：あり（1歳以上未就学児を5名まで）
- ◆託児費：1日につき一人100円
- ◆会場：小郡市生涯学習センター
- ◆申込方法：専用フォーム、小郡市生涯学習センター窓口

【申込・問合せ先】

小郡市生涯学習課
社会教育係

〒838-0142 小郡市大板井 1180-1
TEL：(0942) 73-2084

※ 詳細は裏面を参照ください！

