

令和5年度 第17回 にしはら女性元気セミナー

テーマ 心と体の健康

会場 西原村総合体育館

第1回 **講演**
健康音楽講座 音楽の花束
～音楽で素敵な笑顔に～
6/3 くまもと県民カレッジ認定講師
音楽プレゼンター
(土) 稲田 裕子 さん
時間 19:30～21:00

第2回 **講演**
男女共同参画社会のために
～アサーションを学ぼう～
7/1 NPO法人
こころのサポートセンター ウィズ
(土) 河野 直子 さん
時間 19:30～21:00

第3回 **講演**
マネーセミナー
8/5 肥後銀行
プライベートバンキングプラザ大江
(土) 古澤 美穂子 さん
時間 19:30～21:00

第4回 **体験セミナー**
かんたん！
リズム体操&筋トレ
9/2 熊本健康支援研究所
(土) 鬼京 朗子 さん
時間 19:30～21:00

第5回 **体験セミナー**
女性の呼吸と
姿勢と整える健康術
10/7 からだ学集塾 鍼灸マッサージ堂
(土) 山岡 縁 さん
時間 19:30～21:00

第6回 **視察研修**
日帰り研修
11/12 研修先など現在検討中です
(日)

◆年齢・性別を問わず、だれでも参加できます

都合によりセミナーの内容が変更になる場合があります

お問合せ先 西原村教育委員会 (TEL.096-279-4424)