

# 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)