

## 女性のこころとからだ講座

託児  
付き

# わたしの気持ちを からだで表現してみよう

8月19日(火)・26日(火) (2回連続講座)  
13時00分～16時00分



気軽にみんなで楽しく自分の  
気持ちをからだで表してみま  
せんか？  
誰にでもできる遊び心いっば  
いの講座です♪

第1回  
8/19

コミュニケーション  
ワークショップ ①

「遊ぼう・からだを動かそう・  
大きな声を出してみよう！」

第2回  
8/26

コミュニケーション  
ワークショップ ②

「みんなで一緒に表現しよう。  
何が見えてくるんだろう！」

講師：竹森 茂子さん（「女性のからだ自立教室」主宰）



- 会場：プラザおでって4階 リハーサル室（盛岡市中ノ橋通1-1-10）
- 受講料：無料
- 対象・定員：女性 ・ 15人 ※連続2回出席できる方優先
- 託児付き：有料（子ども1人につき、1回500円）  
対象は6ヵ月から未就学児の子ども。先着5人まで。
- 申込み：7月23日(水) 10時から 電話（624-3583）にて先着順に受付

問い合わせ先：もりおか女性センター（別館） 電話 019-624-3583

〒020-0878 盛岡市肴町2-8 <http://mjc.sankaku-npo.jp>

もりおか女性センター指定管理者：NPO法人 参画プランニング・いわて

主催：盛岡市、もりおか女性センター