

女性のこころとからだ講座 Part II

ポジティブエイジング

～こころとからだの転換期を自分らしく迎えるために～

いずれ訪れる更年期について学び、不安を取り除いて
こころとからだの変化を受け入れられるように考えてみませんか？

【日時】

2015年2月14日(土)
13:00～16:00

【場所】

プラザおでって 3階 大会議室



【講師】

多田 まゆみさん
(ハッピーバース研究会 会長)

【対象・定員】

おおむね
30代～40代の女性 20人

【託児】 有料

(子ども1人につき、1回800円)
6か月から未就学児まで、先着5人

【申し込み】

1月20日(火) 10時から
624-3583にて
先着順に受付