

毎年3月1日～3月8日は「女性の健康週間」です。



女性のためのからだほぐし講座

いつでも、いつまでも動けるからだを目指す

開催日時：3月9日（月）①午後1時30分～午後2時15分

②午後2時45分～午後3時30分



講師：島田 真理 さん
（フィットネスインストラクター）



- ◇開催場所 ふらっと ねやがわ研修室
- ◇定員 各回20人（申込順）
- ◇参加費 無料
- ◇申込 電話・FAX・E-mail



申込受付は、3月1日（日）
午前9時から
FAX/メールも上記
受信時より受け。

無理なく取り組める手軽なトレーニングを習得し、習慣化をめざしましょう！少しの時間でも小刻みにトレーニングを重ね、自分のからだの調子に関心向け、いつでも、いつまでも動ける体作りを始めましょう！

- ◇保育あり（無料・申込順・要予約）
6か月～未就学児
年齢により3人～9人
- ◇保育締切 3月5日（木）



女性の健康週間事業展示：生理用品の進化と「生理用品（月経）」の捉え方の変化
3月1日（日）から3月31日（火）まで、ふらっと ねやがわ情報コーナーにて展示

《問い合わせ・申込先》

寝屋川市立男女共同参画推進センター
「ふらっと ねやがわ」
TEL：072-800-5789 FAX：072-800-5489
〒572-0042
寝屋川市東大利町2番14号
（市立産業振興センター5階）
flat@office.city.neyagawa.osaka.jp
開所時間：午前9時～午後9時
（日曜日・祝日は午後5時30分まで）
休所日：第2日曜日・年末年始

