

# いまどきママの リフレッシュ講座

第2期

今年のテーマ

「ママってすごい！」って言われたい!

全4回

2014 9/2~9/30

毎週火曜日(全4回) 10:00~12:30

※ただし9月23日(火)はお休み

日程の詳細は裏面をご覧ください。

ママ達に大人気の「いまどきママのリフレッシュ講座」。今年のテーマは「ママってすごい！」って言われたい!>育児や仕事、家事などのストレスを解消、リフレッシュしながら、ちょっと自慢できるものを新しいママ友と身につけちゃいましょう!

今までの受講生で活動しているグループはもう6団体になりました。7月に行われるムーブフェスタにも参加予定!新しいママ友もきっと見つかります!

- 場 所 ●ムーブ4階 工芸室、料理室  
 対 象 ●6ヵ月~就学前までの子どもがいる母親  
 定 員 ●18名(応募者多数の場合は抽選)  
 参加費 ●3,000円(材料費込)  
 託 児 ●6ヵ月~就学前までの子ども  
 1人1回につき500円(要予約)



申込方法 ●ハガキ、FAX、ムーブのwebサイト、上記QRコードにて受付。住所、氏名、電話番号、年齢、応募動機、託児を希望する場合は子どもの名前と月齢をご記入ください。

申込み締切 **8/1(金)必着**

## 受講生の声

- 子育てでちょっとストレスがたまっていたのが、リフレッシュできました。
- 初めての託児で心配でしたが子どもも楽しみにしているようでした。
- 同年代の子どもを持つママ友達ができて、うれしかったです。
- いろんな講座があって毎回楽しみでした。



プチプラ&かわいいミニアルバム  
写真は、講座で作る作品と異なる場合がございます。



スマホで自然でかわいい表情を撮影

楽しい講座がいっぱい!



手作りピザ教室  
魚本先生



申込み・問い合わせ先

北九州市立男女共同参画センター・ムーブ 事業課 〒803-0814 北九州市小倉北区大手町11-4  
 TEL(093)288-6262 FAX(093)583-5107 <http://www.kitakyu-move.jp/>

男女ムーブ

検索

