

平成25年度前期おすすめ講座・新講座のご案内

新講座!

エプロン男子
初級編

料理初心者のための講座です。
簡単な料理を基礎から楽しく学びます。

開催日時 4月27日(土)、5月11日(土)、25日(土)
10:00~13:00

定員 16名(抽選)

託児 あり

対象 料理初心者の男性

受講料 4,000円
(3回分の材料費、
エプロン代込)



新講座!

働くまでしこ応援講座
~ストレスケアの処方箋~

年度が替わる変化の時期—新しい環境にちょっと疲れを感じていませんか?
これからも働き続けるために、自分に合ったストレスケア法を身につける講座です。
リフレッシュのためのアロマテラピーなども行います。

開催日時 5月8日、15日、22日 毎週水曜日(全3回)
19:00~20:30

定員 20名(抽選)

対象 働いている女性

受講料 1,500円



夜の部も
開始!

心も身体もリフレッシュ!!
シェイプアップヨガ

体をほぐして、ストレス解消!!脂肪を燃焼しやすい強くしなやかな体を作ります。

開催日時 ①5月7日~6月25日
毎週火曜日19:00~20:30(全8回)
②5月11日~6月29日
毎週土曜日13:30~15:00(全8回)

定員 各コース18名(抽選)

託児 あり(土曜コースのみ)

対象 女性限定

受講料 6,000円



大人気
講座!

いまだきママの
リフレッシュ講座

育児や仕事・家事の疲れをリフレッシュしませんか。
雑貨づくりや料理、子育ての不安解消法など、楽しくするための講座です。

開催日時 4月16日~5月14日
毎週火曜日10:00~12:30(全4回)
※4月30日(火)は休講

定員 18名(抽選)

託児 あり

対象 6ヵ月から就学前の
子どもを持つ母親

受講料 3,000円
(4回分の材料費込)



もっと
輝きたい
あなたに!

よくばり女性のための
キャリアアップ&ビューティー講座

内面も外見も輝く女性になるためのカリキュラムで、
働く女性の今後のキャリアアップに役立つ内容です。

開催日時 6月1日~6月22日 毎週土曜日
10:00~12:30(全4回)

定員 16名(抽選)

託児 あり

対象 20代~40代の働く女性

受講料 4,000円



新講座!

性同一性障害に
ついて考える

「性同一性障害」について考える講座を行います。
あなたも正しい理解に向けて一緒に考えてみませんか?

開催日時 5月18日(土)14:00~16:30

定員 30名

託児 あり

対象 どなたでも

受講料 無料



講座のお問合わせ

事業課

TEL.093-288-6262
E-mail event@move-kitakyu.jp



〒803-0814 北九州市小倉北区大手町11番4号
TEL.093-583-3939 FAX.093-583-5107
ホームページアドレス <http://www.kitakyu-move.jp/>
E-mail move@move-kitakyu.jp

平成18年度から北九州市立男女共同参画センター・ムーブの指定管理者

Kitakyushu Forum on Asian Women
財団法人 アジア女性交流・研究フォーラム

アクセス

- JR西小倉駅より徒歩約15分
- 西鉄バス→「ソレイユホール・ムーブ前」下車
小倉駅バスセンター 27 45 110 134 138
小倉駅入口 76 79 170 175
- 北九州市高速 勝山ランプ・大手町ランプ出口より約3分

PRINTED WITH SOYINK
資源保護のためリサイクルしやすい大豆インクを使用しています。
この印刷物はリサイクルに配慮して製本されています。
不要になった際、回収・リサイクルに出しましょう。

Moving vol.69 ムービング 2013年2月28日発行(季刊誌)

Moving vol.69

女性社員が会社をかえる 働き女子の夢をかなえる キャリアアップ講座 報告

誌上講座リプロダクティブ・ヘルス/ライツ 第3回 「妊娠・出産には限界があることを知らせよう」

北村 邦夫
(一般社団法人日本家族計画協会 家族計画研究センター所長)

- ムーブ女性起業家支援塾2012
- おとこのライフセミナー
山本コウタローさん 講演会&ミニライブ
- ムーブ学生活動プロジェクト
- 北九州市ワーク・ライフ・バランス表彰

発行：北九州市立男女共同参画センター・ムーブ
〒803-0814 北九州市小倉北区大手町11番4号 電話093-583-3939
制作・印刷：ムーブ・メディア株式会社

