



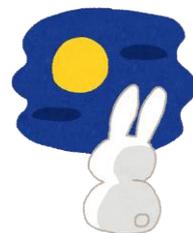
日置市男女共同参画センター

『さんかくのぼ』からのお知らせ

日置市男女共同参画
キャッチフレーズ

「わたしの気づきが第一歩」

日置市男女共同参画センター



講座

① 『リセットコンディショニング』

講師 出来 由香利 先生

定員
15人

9月10日(水) 午前10時～午前11時30分



リセットコンディショニング
で体を整えて夏の疲れを
ふきとばそう！

持ってくるもの:タオル、水分補給用飲み物
動きやすい服装でお越しください

② 『一生幸せマインドセミナー』
～命輝く法則「ほめ日記」講座

講師 有園 あつ子 先生

定員
20人程度

9月26日(金) 午後1時30分～午後3時

「ほめ日記」は最強！
☆なりたい自分になれる ☆ストレスが軽減する
☆コミュニケーション能力がアップする
☆自己表現力が高まる など
自分で自分を癒せるメソッド
「ほめ日記」を学ぼう



無料

要予約

予約方法:開催日の**10日前までに電話またはメール**でご予約ください。
申込者多数の場合は抽選を行い、**外れた方のみ**1週間前までに連絡します。

催し

赤ちゃんの遊びと
おはなしの会

助産師から赤ちゃんの発達について
のお話と、ボランティアグループによ
る遊びと絵本の読み聞かせです。

9月17日(水)
午前10時15分～
※当日までの予約要

つくってあそぼう

スタッフと一緒に
簡単な工作をしませんか。

9月24日(水)
午前10時30分～
午前11時30分



さんかく△ひろば

男女共同参画について、みんなで
お話しませんか。

場所:伊集院子ども食堂
(伊集院町徳重434)

9月7日(日)
午後2時～午後4時

相談

健康相談(保健師)

9月5日(金)
午前10時～正午

健康相談(助産師)

9月17日(水)
午前10時～正午

※「催し」・「相談」は予約不要です。



～ひとりで悩んでいませんか～

心のモヤモヤ相談

9/10(水)、9/17(水)、9/26(金)



【時間】午前10時～午後4時
【場所】日置市男女共同参画センター

日置市「市民のための相談室」

相談ダイヤル: 099-273-2160



月曜日～金曜日 午前8時30分～午後4時30分
(祝日を除く) <相談無料・秘密厳守>

～『鹿児島県男女共同参画地域推進員』による コラムの連載を始めました～



日置市では、鹿児島県の委託のもと10名の鹿児島県男女共同参画地域推進員が活動されています。そこで今年度は、その推進員のみなさまに男女共同参画に関するコラムを書いていただきます。お楽しみに♪

「人生は自分で創る～選択と責任の幸福論～」 鹿児島県男女共同参画地域推進員 松下晃子

人と人がつながる。
今、置かれている環境って、
過去の自分が選択した結果。
ということは、
自分の生き方は本当は自分で選んでいる。
自分の機嫌も自分のこれから先も、やっぱり自分次第。
出会うご縁も自分の環境があるから。
今日が一番若い日なんだから、何でも出来るって思える。
どう人生を幸せに楽しんでいくか意識していきたい。
自分の幸せは自分で責任を持つ。



日置市男女共同参画センター

日置市男女共同参画センターをさらに親しみやすく、日日novaとも相性がよく、なじみやすい場所とするために、このたび日置市男女共同参画センターの愛称とロゴを作成しました!!

★愛称:「さんかくのぼ」

★ロゴデザインの意味:心の悩みを打ち明ける場として、相談のイメージを“吹き出し”で表現し、「さんかくのぼ」の「さ」の字を顔に見立て笑顔で解決できるイメージを表現しています。

日置市男女共同参画センター(さんかくのぼ)

【住 所】 日置市日吉町日置493番地(日日nova 1階)
【電 話】 090-3194-8466
【メール】 hiokisankaku@gmail.com
【開館日】 日、水、金(祝日の場合は休館) 午前10時～午後4時

Instagram ↓



※ 保育士(育児相談)および、モヤモヤ相談(例:自分自身、家庭、地域、職場、人間関係の悩みなど)は、いつでも受け付けています。お気軽にご利用ください。

「心と体の調和」 朝ヨガ教室

参加料
無料

9/20
(土)

10/11
(土)

- 時 間：午前7時00分から午前8時00分まで
- 場 所：実総アリーナ前広場（吹上浜公園体育館）
雨天時は吹上浜大福亀ドーム
- 必要な物：ヨガマットなど、飲み物
※お持ちでない方は、
申し込みの際にご連絡ください。
- 定 員：40名 ※達した時点で締め切り
- 申 込：二次元コードまたは電話
- 連 絡 先：吹上支所教育振興課 担当：外山
TEL 099-296-2115

申し込み
二次元コード



9/20
(土)

講師名：本田 茂代
資格：ヨガインストラクター



9/20
(土)

講師名：出之口 綾子
資格：ヨガインストラクターほか

10/11
(土)



講師名：神田 真弥
資格：ヨガインストラクターほか

10/11
(土)

講師名：木田 智美
資格：ヨガインストラクター