

平成30年度

はなみずき女性支援センター

# シングルマザーのための はなみずきセミナー

H A N A M I Z U K I S E M I N A R

## 第1回

### 「普段がんばっている自分の心とからだをメンテナンス」

アロマテラピーを使ったセルフケア講座で、自分にご褒美をあげてみませんか。

今日の自分にぴったりの香りを自分で選んで楽しみながら、

からだをほぐしたり、お腹から声を出したりしていきます。

姿勢や声を意識してみると、また新たな自分の発見にもつながるかもしれません！

講師 <sup>かどやまい</sup> 角谷麻衣 (ウィメンズセンター大阪スタッフ)

2018年 6月30日(土) 14:00~16:00



参加費  
無料

保育料  
無料  
(要予約)

第2回 9月8日(土)シングルマザーの応援フェスタ

第3回 12月8日(土)こんなときどうする(1)

第4回 2月9日(土)こんなときどうする(2)

会場: ドーンセンター 多目的ルーム(地下1階)  
(大阪府立男女共同参画・青少年センター)  
大阪府中央区大手前1丁目3番49号(裏面地図参照)

とき: 全4回土曜日 14:00~16:00

※第2回のみ時間、会場が変わります。

対象: シングルマザー、プレシングルマザー  
30名程度(先着順)

費用: 無料

一時保育: あり 無料(6か月~小学校低学年程度)

申込み: 財団ホームページ、E-mail、FAXにて受付

締切日: 実施日の1週間前まで

HPからの申込み ▶ <http://www.dawn-ogef.jp/>

電話での申込み ▶ 06-6910-8615

※FAXでの申込みは裏面をご覧ください。

### 「シングルマザーのためのはなみずきセミナー」とは

「すべての女性が自分の人生を主体的に選択し、自立できることを応援する」ことを目的に賛同いただいた個人や団体からの寄附「はなみずき基金」により実施しています。

シングルマザーが働き続けていく中で、課題となること(仕事と子育ての両立、子どもとの関係など)について、同じ立場の女性と話し合い、先輩の体験談を得られます。自分らしく生きていくこと、働き続けることの重要なヒントになる機会です。今年で6年目。

主催 ドーン財団(一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)  
ドーン運営共同体(ドーンセンター指定管理者)

協力 全日空白鷺会大阪有志



ドーン財団



# 平成30年度 シングルマザーのためのはなみずきセミナー

ファシリテーター

## 全日空白鷺会大阪有志

全日空キャビンアテンダントOG会。さまざまな社会経験や職業スキルを活かし、社会貢献活動を行う。シングルマザー経験者もあり、特に困難な状況にある女性の支援に尽力しています。

6/30 ± 14:00~16:00

## 普段がんばっている自分の心とからだをメンテナンス

講師：<sup>かどや まい</sup>角谷麻衣（ウィメンズセンター大阪スタッフ）

<プロフィール>

ウィメンズセンター大阪の劇団、「WCO アンティゴヌシアター」を主宰。オリジナル作品上演やメソッド（演技法）を使用した自己表現のワークショップを行なっている。また、アロマセラピーを学習し、アロマセラピストとしても活動している。アンティゴヌとはギリシャ劇に出てくるヒロインの名前。権力に屈することなく自分の声を上げた。ひとりひとりの女性の声を届け、繋げていきたいという思いから命名。

9/8 ± 午後 ※詳細時間未定

## シングルマザーの応援フェスタ (ドーン de キラリフェスティバル 2018 参加)

<内容>

- ・元気アップセミナー
- ・子ども向けコーナー
- ・はなみずきカードを用いたワークショップ
- ・元気アップコーナー
- ・ハンドマッサージ/スーツ等のフィッティング など

12/8 ± 14:00~16:00

## こんなときどうする (1)

2019

2/9 ± 14:00~16:00

## こんなときどうする (2)

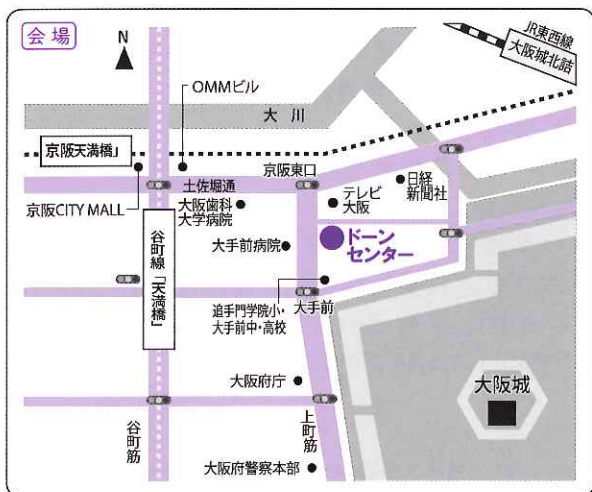
## 参加申込書

FAX 06-6910-8624

（ふりがな） 氏名			年代	歳代
お住まいの 市町村名		職業		
連絡先 電話番号		返信先 E-mail		
参加希望日	ご希望の日に○をしてください。 6/30 ・ 9/8 ・ 12/8 ・ 2019年 2/9			
一時保育 申込	（ふりがな） 子どもの名前	年齢	歳	ヵ月（男・女）
	住所 〒	アレルギーの有無 有 ・ 無		

※講座テーマで関心のあること等、ご自由にお書きください。

※お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本講座以外の目的で使用することはありません。



お申込み・問合せ先



ドーン財団（一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団）

〒540-0008 大阪市中央区大手前 1-2-15

大手前センタービル 12F

TEL 06-6910-8615 FAX 06-6910-8624

E-mail jigyo@dawn-ogef.jp

URL <http://www.dawn-ogef.jp>



はなみずき女性支援センター

アクセス ・ 京阪天満橋駅、Osaka Metro（旧大阪市営地下鉄）  
谷町線天満橋駅①出入口から東へ約 350m  
・ JR東西線大阪城北詰駅②号出入口から西へ約 550m  
・ シティバス（旧大阪市営バス）京阪東口からすぐ