第1期

いまどきママのリフレッシュ講座

2017 4/11…5/9

全4回 毎週火曜日（全4回）10:00～12:30

日程の詳細は裏面をご覧ください。

今までの受講生で講座修了後もグループとして、自主的に活動しているママたちもいます。あなたもきっと新しいママ友がみつかります！

申込み締切
3月8日(水)
必着

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、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。

今年のテーマは「チャレンジ！」

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〈チャレンジ！〉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、いきいきママになりましょう！

受講生の声

- ●子育てしてても自分のやりたいことをあきらめないでいいんだと思った。
- ●講師の方がポジティブで自分も元気がもらえた。
- ●今回の出会いをママ友ネットワーク作りでこれからずっとつながっていけたらと思います。

申込み・問合わせ先
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/

ムーブのFacebookページでイベント情報をはじめ、いろいろな情報を発信しています。アクセスはムーブのホームページから。みなさまの「いいね！」をお待ちしています。

男女ムーブ　検索

手作りピザ教室
魚本先生

写真は、イメージです。

ムーブ

designed by freepik.com