

# リ・ボーン

## 男と女・共にめざそう明日のうしく 男女共同参画をめざして

市市民活動課男女共同参画推進室 ☎ 873-2111内線 1631

\*「リ・ボーン」という名称は、「再生」という意味があります。「男と女が人間としての尊厳を大切に、共に生まれ変わる力を持つこと」また、「人の心を結ぶきずなは優しいリボンのようでありたい」との願いが込められています。

## これからの暮らしに役立つ何かがきっと見つかる！ 生き方・暮らし方講座

これまでとは違った新しい視点で、自分のこと、家族のこと、地域のこと、ちょっと真剣に考えてみませんか。

自分をもっと大切にする生き方、暮らし方のヒントがいっぱいの講座です。

1つでも全部でも  
お好きな講座をお  
選びください。

### ●プログラム

	日時	テーマ	講師
第1回	10月24日(水) 13:30～15:30	家庭で役立つやさしい介護 ～介護技術入門～	黒沢一恵さん (日赤茨城県支部家庭看護法指導員)
第2回	11月5日(月) 13:30～15:30	自分の夢を追いつけて ～地震と深海掘削計画～	木戸ゆかりさん (海洋研究開発機構地球内部変動研究センター研究員)
第3回	11月14日(水) 13:30～15:30	ひとりでがんばらない子育てのすすめ	『たぬき先生』こと 毛利子来さん (小児科毛利医院院長)
第4回	11月21日(水) 13:30～16:30	後半人生の楽しみ方 ～これからは面白い 第二の人生～	吉田清彦さん (フリーライター・調理師)
第5回	12月1日(土) 13:30～15:30	環境にやさしい家計術 ～ライフプランを考えよう～	遠藤敬夫さん (ファイナンシャルプランナー)

●場 所：市保健センター研修室(市役所本庁舎裏側)ほか

●対 象：市内に在住・在勤の方ならどなたでも

●定 員：各50人

※申し込み多数の場合は抽選となります。

●申込締め切り日：9月30日(日)

参加費：無料  
★託児あります★



### ●申し込み方法

はがき、FAX、Eメールのいずれかで牛久市男女共同参画推進室まで  
〒300-1292牛久市中央3-15-1 牛久市役所市民活動課内  
FAX：873-2512 Eメール：shimin@city.ushiku.ibaraki.jp  
(ご希望の講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、託児の有無をお知らせください)