

『フェミナス』とは... ラテン語の「フェミナ」と日本語の「明日」をあわせた造語です。

2015 しろいフェミナス ハートプラス

白井フェミナス

女性の視点で「ありのままに生きる」ヒントを見つける
白井市で初めてのイベントです。
さまざまな「好きなこと」に触れて
ハートにプラス☆
「なりたい自分」を見つけましょう!

6/13(土)

～ありのままに～

会場：白井市青少年女性センター

(白井市福祉センター2階)

9:30～14:30

入場無料

ブチ起業家コーナー

販売・体験など、「自分の思い」をカタチにしている
女性たちのブースがいっぱい!!

カフェ... コーヒー・紅茶
西洋風焼菓子
無添加手作りパン・ベーグル
フルーツ酵母パン・サンドイッチ
有機野菜

バラエティ...
スクラップブック
ロザフィー・リース作り
グリーティングカード作り
ブリザーブドフラワー
アクセサリ
ワイヤー小物
ポーチ
消しゴムはんこ

セラピー...

コーチングセッション
占い・オルゴナイト
カラーリーディング
カラーセラピー

アロマ...

バスボム・バスソルト
アロマキャンドル
アロマ雑貨・手作りコスメ
デオドラントスプレー
ポーセラーツ・デコパージュ
フラワーアレンジメント

エステ...

ネイル・エステ
リンパマッサージ
リンパリフレ

ファミリー...

ベビーマッサージ
育児相談
おひるねアート
コミュニケーショントレーニング

♡詳しくは裏面に

など

ステージプログラム

♡11:00～11:40 基調講演



『女性も男性もありのままに輝いて』
経験と情報豊富な白河さんからのメッセージ

白河桃子(しらかわとうこ)さん

少子化ジャーナリスト・作家・相模女子大学客員教授
内閣府「新たな少子化社会対策大綱策定のための検討会」委員
経済通産省「女性が輝く社会のあり方研究会」委員

女性のライフプラン、ライフスタイル、キャリア、男女共同参画
女性活用、不妊治療、ワークライフバランス、ダイバーシティなどがテーマ。
大学生、高校生のために 仕事、結婚、出産の切れ目ないライフプランニングを提唱。
著書：「格付けしあう女たち」「産むと働くの教科書」「専業主婦になりたい女たち」など。

♡11:50～12:30 トークタイム

『子育てしながら自分らしく生きるために』
仕事、子育て、地域についてみんなで考えよう!

パネリスト 白河 桃子さん
鳥海 佳代子さん(市内小児科医師)
岩崎 巖さん(元白井市教育委員)
眞水 徹さん(白井市青少年相談員連絡協議会会長)
川嶋 之絵さん(主婦・自宅サロン主宰)

ファシリテーター 石垣 裕子さん(2015 白井フェミナス♡+ 実行委員)

子育て キュレーションコーナー

女性の健康や子育て情報

*どうすれば仕事、子育て両立できる?
保育園・幼稚園・学童保育を
利用するには?
*女性ならではの悩み、これって健康?
*子育ての悩みを聞いて!

など



開催場所：白井市清戸766-1
白井市青少年女性センター(白井市福祉センター2階)
TEL 047-492-2022
P シルバー人材センター隣 第2駐車場80台

主催：白井フェミナスハートプラス実行委員会
共催：白井市 白井市教育委員会 白井市青少年女性センター 白井市桜台センター
協力：白井市更生保護女性会 農cafe&shop OMOしろい



・・ **青少年女性センター** ・・

昨年開催していた、コトコト café の名前が変わり、今後は『コッコ広場』になります。

コッコ広場は、月2回土曜日（1階和カフェ）と月1回平日に開催しています。

この広場は、ワークショップやワンデーランチを楽しみながら、コミュニティーを広げていただく楽しいおしゃべり広場です。

是非、遊びに来てください。

平日は、8月21日金曜日より、ワンデーランチとワークショップを開催します。

詳細は、広報しろい6月1日号をご覧ください。

～今後の予定～

★おうちシェフ（子ども向け料理教室）

経験者向け	8月1日・ 8日・ 22日各土曜
初心者向け	7月4日・ 11日・ 25日各土曜

★おやこチャレンジ（おやこで楽しむ工作）

7月25日 土曜

*申込みは広報しろい7月1日号をご覧ください。

・・ **老人福祉センター** ・・

＜通年講座・講座のようす＞

☆つるし雛講座 人気講座。

毎月1回一体ずつ作成し1年かけて完成させます。来年2月末には受講者皆さんの作品を1階ロビーに展示しますので楽しみにしてください。

☆脳いきいきアート講座 人気講座

日本臨床美術協会のプログラムに沿って行うアート作品制作を楽しんでいます。

☆はつらつタイム

（5/28～毎月第4木曜日全6回）

理学療法士さんによるリハビリストレッチの指導を行っています。

太ももの前の筋肉の体操

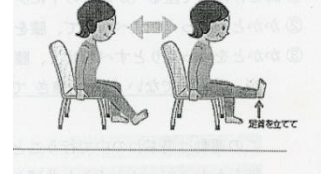
①片足を水平に伸ばす

②5～10秒そのまま

（息はとめない）

③元に戻す

ほんの少し紹介



次回6月25日（木）からの参加もできます。

皆様のご参加をお待ちしています。

行事・イベント

・・ **福祉センター&みのり合同事業** ・・

☆春の会（4/9）

毎年春の恒例行事です。今年は銭太鼓（出雲地方に伝わる民俗的なリズム楽器）、琴と尺八の演奏を聴きながら抹茶とお菓子をいただきました。



～今後の予定～

★七夕まつり（7/7）

サークル絃さんによるお箏の演奏をお楽しみください。白井の郷土菓子ばらっぱ饅頭をお茶付き80円で販売します。是非お越しくください。



☆アスレチック吹き矢講座

3年目の開催、人気講座腹式呼吸が健康にいいと言われていています。

矢や的を手作りして楽しむ吹き矢です。

的中した時は歓声が上がり盛り上がっていました

～今後の予定～

★物忘れしないちょっとしたコツ講座

（7/3・17・8/7・21・9/4・18）

★中国語講座（7/2・9・16・23・30）

★初級パソコン講座募集中

（ムービーメーカーを使い、オリジナルムービーを作る）

*申込みは広報しろい7月1日号をご覧ください。

・・ **生きがい支援** ・・

～今後の予定～

★中華まん講習募集中（6/23・30）

★折り紙絵講習（7/16・23・30）

*申込みは広報しろい7月1日号をご覧ください。