



参加者全員で「ピュア」前で記念撮影。

7月2日(金)、総勢25名で大町市の働く婦人の家『女性未来館ピュア』へ向かいま...

いいやま女性センター未来利用者研修視察 研修通じて視野広がる 大町市女性未来館ピュア

視察レポート参加者 高澤富子さん

はじめ、職員の方々、利用者の会長や副会長までも私たちを迎えてくださいました。ここでは、事業・利用者状況をお聞きした後、自家製のハーブティーを頂き、その後、施設の見学をさせてもらいま...



ピュアでの説明の様子。興味深く聞き入る。

『あつたか〜い施設』だなあと思えました。まさに、働く婦人にとって、憩いの場だと感じました。その後、景色がきれいで、広々としたレストランでおいしい食事をたらふく頂きました。帰りに買い物のおまけもついで、心も体も満たされ、幸せな時間を過ごせました。今回のような研修視察に参加したのは初めてでしたが、地元以外の他の施設の見学ができたこと、他の皆と交流を深めたことで、自分の視野も広がりました。ありがとうございました。(利用者団体連絡会副会長・ペンフレンド 高澤富子)

募集中! 紅葉まっさかりの斑尾高原で! アンチエイジングと和食マナー

有機栽培のものを! その土地で、その季節に採れたものを!

「アンチエイジング」とは、「健康でキレイになるための食事法」です。東洋には、「医食同源」という考えがありますが、食を変えれば、体が変わります。

食材は、農薬を使わない有機栽培の野菜であることが必要になってきます。無農薬・有機栽培のものは、割高で手に入りづらい野菜です。

日頃から、肉や卵、乳製品をたくさんとる欧米型の食生活をしている人は、この機会に、順天堂大学の白澤卓二教授監修の食事で素材の持つおいしさをシンプルに味わい、和食マナーも学びながら、芸術祭開催中の紅葉の斑尾で体と心のリフレッシュしてみませんか。

申し込み・問い合わせ いいやま女性センター未来 電話62-0543

Event details for 'Anti-Aging and Japanese Cuisine' including date (10/23), location (Banbino Plateau Hotel), and fee (3900 yen).



第9回あなたと私の共同参画講座

受講生募集!

ひとひと 女と男の認めあい・支えあい

少子高齢社会 認めあい・支えあいでゆったり、楽しく学びましょう。だれもが自分らしく生きられるために...

第1回 9月16日(木) 午後7:00~9:00 開講式 市の少子高齢化の実態を知ろう 紙芝居 グループワーク

第2回 10月7日(木) 午後7:00~9:00 マンガで学ぼう男と女 講師 漫画家 段 丹映子さん

第3回 10月29日(金) 午後7:00~9:00 東アフリカ・タンザニアの人々の暮らし 講師 清泉女学院大学教授 小泉 真理さん



第4回 11月30日(火) 午後7:00~9:00 ひとひと 女と男の認めあい・支えあい 講師 信州大学教育学部教授 松岡 英子さん

第5回 12月9日(木) 午後7:00~9:00 wai wai 食事会・講座のまとめ 閉講式



▲昨年の講座の様子

定員 40人 (市内在住または勤務している男女) 申込み 平成22年9月2日(木)まで 参加費 500円 (5回分の飲み物代) ※第5回目の食事会費は1,000円くらい 無料・ご希望の方は事前にご連絡下さい

ひとくちメモ 性別に関わりなく「自分らしく」生きるために、社会のあらゆる場面で、多様な選択の機会が確保でき、また男女が「共に」責任を担っていく社会です。 ちなみに「参画」とは、単なる参加とは違い、立案段階から主体的に関わり、意見を反映させることです。

はばたけ 21世紀 いきいき男女共同参画

人権政策課男女共同参画係 電話: 0269-62-3111 FAX: 0269-62-5990 (内線 371)

E-mail: jinken@city.iiyama.nagano.jp

いいやま女性センター未来 飯山市大字飯山 1431 電話・FAX: 0269-62-0543

E-mail: center-mirai@city.iiyama.nagano.jp