

**女性のための自己表現セミナー受講者募集**

自分について考えたり、大切にしたりすることがありますか？  
 日常、気にかかることで精一杯になっていませんか？  
 自分のことを好きになる。自分軸を感じてみてください。  
 あなたの道標 (みちしるべ) が見つかるセミナーです。

とき	内容
①5月13日(金) 午前10時～正午	自分を大事にする方法 ～I LOVE ME～ 【講義・ワーク】
②5月20日(金) 午前10時～正午	自分を味方につける方法 ～道標(みちしるべ)～ 【講義・ワーク】
③5月27日(金) 午前10時～正午	じぶん軸をととのえる 【講義・ワーク】 ※運動のできる服装でお越しください。

**ところ** 総合福祉センター (内丸町)  
**対象** 市内在住・在勤・在学の女性で、全3回出席できる人  
**講師** ①②岡松久美子さん (絵本教育研究所代表)  
 ③なんえ ちよさん(まなび舎和楽代表)

**定員** 30人 (要申し込み)  
**参加料** 無料  
**その他** 要約筆記、手話通訳、保育ルーム(6カ月～就学前)が必要な人は、申し込み時に予約してください。  
**申し込み** 問 4月25日(月)から亀岡市働く女性の家  
**TEL24-0294、FAX24-3071、**  
 市役所5階人権啓発課男女共同参画推進係**TEL25-5075、**

**FAX22-6372**  
 電子メール  
 jinken-keihatsu@city.kameoka.kyoto.jpへ  
 (人権啓発課)

**ガレリアかめおか館内装飾事業「テーブル・アイランドー海に浮かぶ5つの物語」参加者募集**

**とき** 5月15日(日)  
 午後1時30分～3時30分  
**ところ** ガレリアかめおか1階ロビーギャラリー  
**対象** 幼児(年中)から大人まで  
**内容** 本物の植物を使って、島のジオラマをつくるワークショップです。  
**定員** 幼児(年中以上)の部

8人、小学生以上の部24人、お父さん・お母さんの部8人(先着順。募集定員は応募状況によって増減する場合があります)

**参加料** 500円(材料費含む)  
**その他** 作品はガレリアかめおかに展示します。当日は汚れても良い服装で参加してください。  
**申し込み** 問 4月25日(月)から5月14日(土)までに電話で、次へ  
 (公財)生涯学習かめおか財団(ガレリアかめおか内)  
**TEL29-2700、FAX25-5881**  
 (市民力推進課)

**平成28年度「高齢者さわやか教室」受講生募集**

**講座年間予定表**

回	月日・会場	講座内容	講師
1	6月2日(木)	開講式 第1講座 「時代」と歩んだ放送人生 ～メディアはひとを不幸にしてはならない～	元朝日放送アナウンサー兼記者 むらいまさる 村井守 さん
2	7月21日(木)	第2講座 「楽しく歌って心豊かに」 ～夏の思い出～	元小学校長 いしかわ ひさし 石川久 さん
3	9月29日(木)	第3講座 「いくつになっても輝きたいねん」 ～みかん農家のおばちゃんから、元気の出前!～ (講演と夫婦漫才)	タレント・漫才師 つじい とこ 辻イト子 さん つじ まがる さん ゆう・あいセミナー共催 (全市民対象) ※どなたでもご参加いただけます
4	10月20日(木)	第4講座 「からだもこころも、動いて爽快」 ～元気アップ体操を 楽しみましょう!～	NPO法人元気アップ AGEプロジェクト理事長 よこやまけいいち 横山慶一さん
5	11月17日(木)	第5講座「文化祭」 展示発表の部 舞台発表の部	受講生自らの発表
6	平成29年1月19日(木)	第6講座 「落語で学ぶ消費者問題」 ～ダメされたら笑えまへんで～	落語家 しょうふくていしやうし 笑福亭松枝さん
7	2月16日(木)	第7講座(仮題) 「明智光秀公、伝承地を訪ねて」 (NHK大河ドラマ誘致推進) 閉講式	亀岡市史編さん調査執筆委員 ふくしまかつひこ 福嶋克彦 さん
第2講座～第6講座 元気アップ体操指導：NPO法人元気アップAGEプロジェクト			

**時間** 各講座とも午後1時30分～3時30分  
**ところ** ガレリアかめおかコンベンションホール  
 ※第5講座文化祭 展示発表の部:午前11時～午後3時(響ホール)  
 舞台発表の部:正午～午後3時(コンベンションホール)  
**対象** 65歳以上の市民(ただし、第3講座のみどなたでも参加可能)  
**受講料** 無料  
**申し込み** 問 事前に市役所4階社会教育課(2番窓口) **TEL25-5054、FAX23-3100**に申し込んでください。  
 ※全7講座、継続受講を原則とします。(社会教育課)

**亀岡市出前タウンミーティングをご活用ください 問 秘書広報課 TEL25-5003**