

# 女性の美と健康のための セルフケアセミナー

【第一回】「女性の肌と健康」 9月13日（金） 13:30 ~ 15:00

★肌の働きやお手入れ方法, 自分の肌との付き合い方について

講師：藤山陽子 さん

CIDESCO インターナショナル・エステティシャン、メノポーズカウンセラー

【第二回】「食と体の健康」 10月11日（金） 13:30 ~ 15:00

★女性のライフスタイルと健康維持について

講師：富岡美代子 さん

女性の健康とワーク・ライフ・バランス（WLB）推進員、日本エステティック協会認定エステシャン

【第三回】「色と心の健康」 11月18日（月） 13:30 ~ 15:00

★色彩心理とコミュニケーションについて

講師：小山るみ さん

メノポーズカウンセラー、東京商工会議所認定カラーコーディネーター

- ♥会場：小研修室 1
- ♥対象：女性一般
- ♥定員：50名（定員になり次第締め切ります。）
- ♥受講：無料
- ♥お申込：TEL・FAX・E-Mailにてぴゅあ総合まで

山梨県立男女共同参画推進センター

**ぴゅあ総合** 甲府市 朝気1-2-2

TEL:055-235-4171 FAX:055-2351077

E-Mail danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp

- 主催：山梨県男女共同参画推進センター「ぴゅあ総合」
- 共催：NPO 法人美と健康生活を考える会
- 協力：(株) AOB 慧央グループ、アルソア本社 (株)

