

ぴゅあ峡南 女性の健康支援講座

# 「美と健康のヘルスケアセミナー」

2016

**1/16 (土)**

## ★第1回「色と心の健康」★

気になる色からのメッセージと、色を活かしての  
元気になる方法について

講師：小山るみさん

(カラー&イメージコンサルタント、メノポーズカ  
ウンセラー)

**1/23 (土)**

## ★第2回「食と体の健康」★

女性のライフスタイルと健康維持について

講師：安齋美和さん

(栄養士、シデスコインターナショナルエステティ  
シャン)

時間：13:30～15:00 会場：ぴゅあ峡南・研修室

参加：無料（要予約）

定員：30名 対象：一般女性

（2回連続講座ですが、1回だけでも参加できます。）



6か月～就学前  
3日前までに  
ご予約ください。

### 会場案内図



主催・お問合せ・お申込み

山梨県立男女共同参画推進センター

## ぴゅあ峡南

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700  
〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2  
Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp

申込み方法：電話・FAX またはメール