

たかさき北人権プラザ主催事業のご案内です。皆さまのご参加をお待ちしております。



終活入門 エンディングノートの書き方講座 ～人生100年時代 より良く生きるために～

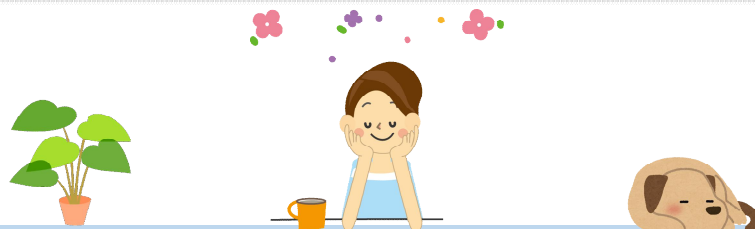
開催日時 **10月1日(木) 10時～正午**

会 場： たかさき北人権プラザ 2階
講 師： 尾高 理恵子 先生(高崎市社会教育講師)
定 員： 20名
※先着順・定員になり次第受付終了
費 用： 無料
持ち物： 筆記用具



こんな方におすすめです！

- ☐ 終活に興味はあるけれど、何から始めればいい？
- ☐ 家族に伝えておきたいことがある



申込み期間 **8月3日(月)～31日(月)まで** (平日 9時～17時)

たかさき北人権プラザの窓口または電話にてお申込みください。



ベビー マッサージ 教室



ベビーマッサージはママと赤ちゃんの「タッチケア」によるコミュニケーションです。

オイルを使用したベビーマッサージとベビースキンケアの実習、さらに子育てに関するお悩みの相談も受けます。

やさしい時間を体験してみてください。計4回の開催です。

日時

9月 祝日を除く毎週水曜日(2日・9日・16日・30日) 計4回

10時～正午

内 容

- 第1回 全身のマッサージとベビースキンケアの実習
- 第2回 全身のマッサージと絵本の読み聞かせ
- 第3回 全身のマッサージとベビーフォト体験
(赤ちゃんをスマホで可愛く撮ろう)
- 第4回 全身のマッサージと足形スタンプ取り



対 象

生後2ヶ月から8ヶ月くらいの
赤ちゃんと保護者

定 員

10組

(先着順・定員になり次第受付終了)



【会 場】 たかさき北人権プラザ2階

【講 師】 織茂 真美 先生 (元保育士、高崎市社会教育講師)

【参加費】 700円

【持ち物】 バスタオル、いつものお出かけセット (飲み物、オムツ等)、保護者の飲み物、授乳用に一部屋ご用意しますが、必要な方は授乳用のケープをお持ちください。



申込み

8月3日(月)～21日(金)まで

たかさき北人権プラザの窓口か電話にてお申込みください。

高崎市中泉町625-3 ☎372-6921 (平日9時～17時)



相談

たかさき北人権プラザでは、生活の中で起こった悩みごとなどの相談を受け付けています。

受付時間 平日9時から16時まで

※面接での相談をご希望の場合は、予約をお願いします。

