

心豊かに生きる知恵講座

参加費
無料

～自分を解放して心豊かに～

会場：春日謙信交流館
集会室

(上越市春日山町3丁目1番60号)

定員：50名(要申込、申込順)

講師に清水心澄さんをお迎えして、心の壁を取り除いて心豊かに生きる考え方についてお話していただきます。その後、参加者で話し合います。この機会にぜひお越しください

開催日	時間	申込開始	保育ルーム申込期間
11月3日(木)・祝	午後1時30分～3時30分	10月6日(木)	10月6日(木)～10月19日(水)
11月26日(土)	午前10時～正午		10月6日(木)～11月11日(金)

※両日とも同じ内容となります。

※保育ルームは対象：6カ月以上～就学前 定員：5人 申込み順となります。



講師：清水心澄さん 仏画師

「ほのぼのの観音」と称した観音様の絵画の製作とその披露を柱に、詰まる心の解放役として精進されています。海外など各地で個展も行われています。

申し込みの詳細については裏面をご覧ください

企画・運営団体の紹介「上越まちづくり市民大学OB会」

まちづくり市民大学OB会は市民大学の受講生有志が集まって設立した市民団体です。平成23年度から、「上越市まちづくり市民大学」を主催して、まちづくりの担い手の育成と仲間づくりを目的に、福祉、教育、観光振興、景観づくり、協働等まちづくりに関して学習会を開催しながら、各種市民活動団体と連携して、まちづくりに積極的に関わっています。市民大学の修了生は、様々なところで活躍しています。

(問合せ先) 増田090-5534-9624

申し込み・問合せ

ウィズじょうえつ(上越市男女共同参画推進センター)

〒943-0821 上越市土橋1914-3 上越市市民プラザ2階

電話：025-527-3624 FAX：025-522-8240 E-mail：d-sankaku@city.joetsu.lg.jp

受付時間：平日 8:30～17:15(土・日・祝・市民プラザ休館日(第3水曜日)を除く)

この講座は、上越市が男女共同参画推進センター登録団体に事業を委託しています。
企画・運営：上越市まちづくり市民大学OB会



受付は
10/6(木)から
期日前の申込は
ご遠慮ください

上越市男女共同参画推進センター講座
11/3(木・祝)・11/26(土)
「心豊かに生きる知恵講座」 参加申込書

- ◆ 参加ご希望の方は、必要事項をご記入の上、電話・FAX・メール・郵送にてお申し込みください。
- ◆ 小学生以下のお子様と一緒に会場には入れませんのでご注意ください。
- ◆ お申し込みは「一人につき1枚」でお願いします。
- ◆ FAX・メール・郵送でお申し込みの場合で定員を超えた場合は、お断りのご連絡をさせていただきます。

ふりがな 氏名	電話番号(日中連絡が取れる番号)	
	FAX 番号	
住所 〒		
参加を希望する日程に☑をつけてください。		
参加講座	<input type="checkbox"/> 11月3日(木・祝) 13:30~15:30	<input type="checkbox"/> 11月26日(土) 10:00~12:00
保育を 希望する場合	お子さんの お名前 ふりがな 年齢(歳 ヵ月)・性別()	<保育に関する備考>
	お子さんの お名前 ふりがな 年齢(歳 ヵ月)・性別()	

※個人情報の利用目的…申込書に記入いただく個人情報は、当講座実施に関する事のほか、新型コロナウイルス感染症の対応のため、保健所等の行政機関へ提出する場合があります。

保育ルームについて(無料)

- ・対象：6か月～就学前
- ・定員：各日5人(申込順)
- ・申込締切：10月19日(11/3分)
11月11日(11/26分)

保育希望の方は保育連絡票を送付しますので、「郵便番号」「住所」を必ずご記入ください。

欠席連絡について

都合が悪くなり欠席する場合、また保育が不要になった場合は、当センターまでご連絡ください。

電話：平日 8:30~17:15 土曜 9:00~17:00
※土曜は、男女共同参画推進センターはお休みです。
女性相談の相談員にお伝えください。

↓ 郵送の際、切り取ってご使用ください。

〒943-0821
上越市土橋 1914-3 市民プラザ内
ウィズじょうえつ
(男女共同参画推進センター) 行
＜ 講座参加申込 ＞

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。
また、体調が悪い場合は参加を控えていただくようお願いします。