

ぴゅあ富士  
男女共同参画推進センター

太極拳体験講座

日時 9月3日、10日、17日の各水曜日  
午後1時30分～3時

講師 日本武術太極拳連盟指導員  
都留太極拳内部講師

内容 健康法としてもスポーツとしても愛好されている太極拳を3回の講座で体験できます。

持ち物 上ばき  
どなたでも

対象 ※申し込みが必要です。

その他 参加は無料です。運動のできる服装で来てください。

親子いけ花チャレンジ  
ひと足早い秋を生けてみませんか

日時 9月13日(土)  
午前9時30分～11時

講師 小原流教授 落合・増田  
内容 「いけ花」を親子で体験します。

持ち物 雑巾1枚、新聞紙2～3枚

対象 小中学生と保護者10組  
※9月10日(水)までに申し込みください。

材料代 1作品500円  
布ぞうり作り

日時 9月17日(水)、26日(金)  
午後1時～4時

内容 2日間の講座で、すてきな布ぞうりができます。

講師 小佐野きさ子、在原勝子、和光智子

対象 両日とも参加できる方 先着12名  
※申し込みが必要です。

材料費 1,000円  
ぴゅあで健康づくり  
あなたの内臓脂肪・血管年齢測ります!  
日時 9月20日(土)  
午後1時30分～3時30分

講師 瀬子義幸環境科学研究所研究員  
内容 内臓脂肪と血管年齢を測ります。

対象 成人20人(先着順です。)  
※申し込みが必要です。

参加料 無料

いらっしやい!ぴゅあの子育てサロンへ  
日時 10月1日(水)  
午前10時30分～正午

講師 コープやまなしスタッフ、ぴゅあ富士職員

内容 ○親子で楽しく、日ごろのストレスを解消しよう!  
○親子であそぼ、ニコニコタイム  
○しゃべって、聞いて、ハッピータイム

対象 未就学児と保護者 先着20組  
※申し込みが必要です。

参加料 無料

共通事項 開催場所 ぴゅあ富士

その他 子育てサロン以外の講座には託児があります。3日前までに申し込みください。

申込・問合先 ぴゅあ富士

県立男女共同参画推進センター 菊池

☎(45)1666

県自殺予防推進大会開催

自殺問題が個人の問題ではなく、社会全体の問題であるという認識を広げるため実施します。自殺や精神疾患の正しい知識、自殺予防の対応方法などについて講演とシンポジウムを行います。

日時 9月10日(水)  
午後1時30分～4時30分

場所 県立文学館

内容 ○テーマ 「自殺は防ぐことのできる死」  
～私たちの取り組みで自殺を防ぐ～

○式典 自殺予防標語優秀作品表彰  
講演 「自殺予防は一人ひとりの「気づき」から」

シンポジウム 「自殺のない山梨に向けて」  
～今、私たちにできること～

問合先 県福祉保健部障害福祉課心の健康・発達障害担当  
☎055(223)1495

無料マッサージ開催

日時 9月26日(金)  
午前9時30分～午後1時

対象 65歳以上で市在住の方

場所 YLO会館

主催 視覚障害者協会都留支部  
問合先 市社会福祉協会 ☎(46)5115

居酒屋 いろいろ  
天然イワナ・ヒメマス  
有機食材のお店  
都留市小野 1496-1  
予約番号  
090-1565-6256(山本)



Eiko nail  
おしゃれ気分でおしゃれ気分です  
あなたもときめいてみませんか  
出張・アレンジ・デザイン  
ご希望により対応します。  
ご相談ください。

- ★ネイルケア (ファイリング、キューティクルケア) 10本 4,000円
- ★ネイルケア・カラーリング 10本 5,500円
- ★スカルプチェア 1本 2,000円

TEL 0554(23)0164  
090(6300)4641