



飲み物を
ご用意しています
(コーヒー・紅茶など)



女性のための小さな居場所

つむぎカフェ

参加無料



一人でも大丈夫。初めてでも大丈夫。

おしゃべりを楽しむ日も、自分と向き合う日も、どちらも大切な時間。
あなたの「ほっとできる時間」を、つむぎカフェで見つけてみませんか。

第1回

無料託児あり

心をゆるめる わたし時間

～こころの声を聞いてみよう～

10月27月(火) 10時30分～12時

言葉や色、形など自由な表現で、今の「こころ」を描き出してみませんか。絵が苦手でも大丈夫。正解のないワークを通して、自分の気持ちとゆっくり向き合う時間です。

ナビゲーター
細田 由佳 さん

自分と向き合う

第2回

好きをシェアする

好きを話そう！

～あなたの「推し」を聞かせてください～

10月30月(金) 19時～20時30分

アイドル、アニメ、スポーツ・旅行、ペット、カフェ、文房具...なんでもOK！あなたの「好き」をみんなで楽しく語り合いましょう。

ナビゲーター
清水 里佳 さん

- 対象 市内在住・在勤・在学の女性
- 定員 各回8人
- 会場 丹波市市民プラザ
- 持ち物 お気に入りのマイカップがあれば
(紙コップをご用意しています)

第1回 の託児について

講座の申込と同時に申し込みください。定員の都合によりご希望に添えない場合があります。

第2回 に参加の方へ

ポップアップホール玄関から2階市民プラザへお越しください。

初参加の方も大歓迎！

お申し込みはこちら



第1回のみ、第2回のみ参加OK。
当日参加を希望される方は、お電話でお問い合わせください。

お申込み・お問合せ

0795-82-8684
(10時～18時)

丹波市男女共同参画センター

(丹波市まちづくり部人権啓発センター男女共同参画推進係)
丹波ゆめタウン2階市民プラザ内(月曜休館)