

VoL.22



令和6年度地域女性活躍推進交付金事業
NPO 法人 GIFT が高知県から受託して運営しています。

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



voL.22

舌で分かる！ 漢方的にみる自分の体質と健康チェック

とき：1月20日（月）10:00～12:00（開場 9:45～）

会場：香美市中央公民館

香美市土佐山田町宝町2丁目 1-27

予約制

物部川エリア
香美市
VOL.22



予約申込フォーム

対象者 女性（高知県内にお住まいの方）

定員 20名 **持ち物** 手鏡

参加費 無料 **託児** 無料（要予約）※託児が必要な方は申込時にお知らせください

お問合せ＆申し込み先 NPO 法人 GIFT（詳細は裏面）

※お菓子の準備がありますので、ご予約をお願いします。

※お申し込みフォームからが簡単です。



お話のテーマ

舌で分かる！ 漢方的にみる自分の体質と健康チェック



たに きりこ

講師：谷 季里子さん

漢方薬局・漢方茶房 季然堂 代表
薬剤師
国際中医専門員
不妊カウンセラー

セルフ舌診で体質をチェック！
ご自分の体質・養生法を知り、
日頃の体調管理に役立てましょう。
体質に合った養生法で
もっと元気に。
もっと楽しい毎日を。

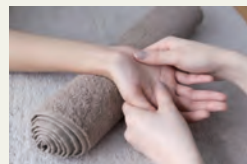


癒しのブース

お話の後、
自由に体験できます♪

無料

ハンドもみほぐし



ハンドもみほぐしで
日々の疲れやストレ
スを緩和しましょう。

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



「ごほうびカフェ」は、癒し体験とおしゃべりで
いろんな悩みをリセットできるスペシャルなカフェです。

お話を聞いて茶話会 & 癒しのブース、体験ワークショップ、親子で参加イベントなどを予定しています。

高知県にお住まいの女性なら、どの会場でも、何回でも参加できます。

あなた好みのカフェにお越しください！



ごほうびカフェには、さまざまな悩み相談のエキスパートも参加いたします。
個別で話せる相談ブースもご用意しています。

例えば

- ・恋愛に関して悩んでいる
- ・キャリアアップに悩んでいる
- ・子育てや親の介護と仕事の両立に疲れた
- ・子育ての悩み
- ・夫が協力的じゃない
- ・お姑さんとの関係が微妙
- ・1人での生活が不安

などなど…

予約制



開催予定

- | | | |
|----|------------|------|
| 1月 | 20日 vol.22 | 香美市 |
| | 27日 vol.23 | 田野町 |
| 2月 | 6日 vol.24 | 仁淀川町 |
| | 13日 vol.25 | 南国市 |

※イベント情報は内容が決まり次第、ホームページやSNSで情報を発信していきます。各イベントの詳細はホームページ・チラシでご確認ください。



ごほうびカフェ
HP



ごほうびカフェ
LINE



ごほうびカフェ
Instagram

お申し込みの詳細

対象者 女性（高知県内にお住まいの方） 定員 20名

参加費 無料 託児 無料（要予約）※託児が必要な方は申込時にお知らせください

お問合せ＆申し込み先 NPO 法人 GIFT（高知市万々 519-1-301）

予約専用 TEL：070-8494-8435 予約専用 E-mail：npogift2024@gmail.com

お申し込みの際に、参加を希望される①「ごほうびカフェ」の番号とイベント名、②住所、
③氏名、④連絡の取りやすい電話番号（自宅 / 携帯）、⑤託児の有無をお知らせください。

ごほうびカフェ
予約申込フォーム
（全会場共通）

