

つかれたよね、コロナ・・・

女性のための ゆるサポ ルーム

家事、子育て、介護、仕事、オンライン授業や面接・・・
がんばりすぎていませんか？
女性のみなさんにくつろいでいただく空間をつくりました。
ひとりでゆったり過ごしたい方、ぜひお越しください。
女性スタッフが常駐していますので、安心して過ごしていただけます。
一時保育も無料でご利用いただけます。
ママもひとりの時間を満喫してください。
本を読んでも、うたた寝しても、イヤホンで音楽を聴いても自由です。
生活、仕事、女性の困りごとなど情報提供もしています。
学生さんも大歓迎！お気軽にお立ち寄りください。
小さなプレゼントを準備してお待ちしています。

予約なしで
大丈夫

フリードリンクの
サービスも
あります。

ゆるサポルーム

2022
2/1_[火]・6_[日]・8_[火]・13_[日]・22_[火]・27_[日]

時間 10:00～17:00

会場 東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
第1・2研修室

対象 女性

一時保育
無料

事前申込制(なお当日、定員内であれば申込み
可能です。)
1歳半～就学前幼児、定員5名(1人3時間まで)

利用料 無料

キャリアカウンセリング

2022
2/6_[日]・13_[日]・27_[日]

時間 10:00～17:00

対象 女性 **参加費** 無料

予約 不要

新型コロナウイルス感染予防のため、発熱や体調不良の
場合はご来館をお控えください。
来館時は、マスクの着用・手指消毒をお願いします。また、
状況により延期・中止になる場合があります。随時イコー
ラムのホームページにてお知らせいたしますので、ご確認
いただきますようお願いいたします。

主催：東大阪市
協力：株式会社ロッセロ
事業受託：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
ドーン財団(指定管理者：一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)



イコーラムでは、みなさんのステップアップのために
様々なイベントや講座を開催しています。

楽しむ

映画上映
演劇
コンサート
など

学ぶ

各種講座
図書コーナー
など

自主活動を 応援!

イベント・講座・
ギャラリー展示などを
サポートします

相談する

女性のための相談、
法律相談、
労働相談など

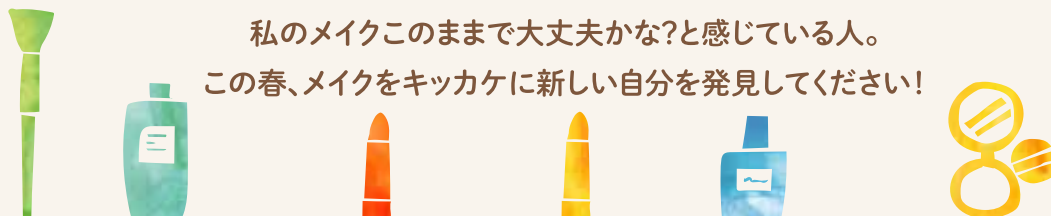
交流する

講座・イベントを通じて
人と人を
つなぎます

ご参加
ください!

自分らしく!キモチUP! メイクアップ講座

マスクが日常になってメイクが変わった人、メイクをしなくなった人、
私のメイクこのままで大丈夫かな?と感じている人。
この春、メイクをキッカケに新しい自分を発見してください!



2022 **2/15** [火] 14:00~16:00

会場:東大阪市立男女共同参画センター
イコーラム学習室

新型コロナウイルス感染予防のため、発熱や体調不良の場合はご来館をお控えください。
来館時は、マスクの着用・手指消毒をお願いします。また、状況により延期・中止になる場合があります。
随時イコーラムのホームページにてお知らせいたしますので、ご確認くださいませよう願いたします。

講師

あさだ まさみ
浅田 雅美さん
トータルビューティコーチ

申込
方法

電話またはイコーラム窓口(申込時間は休館日を除く午前9時~午後9時30分)またはメール、FAX、イコーラムホームページの申込フォームに、講座名・住所・氏名・電話番号・メールアドレス・FAX番号・年代・参加動機・一時保育の有無(希望する子どもの氏名・生年月日)をご記入の上、下記までお申込みください。

参加費

無料

申込
締切

令和4年2月8日(火)必着 (※申込多数の場合は抽選)

対象

女性 (東大阪市在住・
在勤・在学の方優先)

定員

20人

一時保育(無料) 事前申込制(なお当日、定員内であれば申込み可能です。)
1歳半~就学前幼児、定員5名

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用できない場合があります。

<お申込み・お問合せ>

東大阪市立
男女共同参画センター **イコーラム**

Higashiosaka City Gender Equality Center IKORAMU

〒578-0941 東大阪市岩田町4-3-22-600
TEL:072-960-9201 FAX:072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com

URL <https://www.ikoramu.com>

休館日:月曜日(祝日・振替休日の場合は開館し翌平日に休館)及び年末年始(12/29~1/3)

WEBサイト

