

豊中市市民活動サポート事業

ゆるんワークショップ & ゆるんおしゃべり会 女性の身体のお話

2026年



2月 13日 (金)
3月 10日 (火)

【時 間】 13:30～15:30

2月・サンキャッチャー作り 体験

3月・アイシングクッキー作り体験

【定 員】 10名

【参加費】 500円(材料費)

【会 場】 豊中市立市民公益活動支援センター

豊中市庄内幸町4-29-1

庄内コラボセンター1F

電話:06-6398-9189



【申 込】 2月5日(木) 10:00～ 電話:06-6398-9189

豊中市立市民公益活動支援センター

特定非営利活動法人 ゆるん <http://you-run.info/>

X
Facebook

@yourun17
@you.rurun

Instagram

you_ru_run

お問い合わせ

mail : info.you.run@gmail.com



ゆるん ステキ女子



ゆるんイラスト:MIYACHAnn.k

LINE@にて
ゆるん情報発信



女性は、ホルモンバランスからの体調不良や精神的不調、最近では月経痛や月経前症候群（PMS）などが服薬によって軽減されることを知っている人も増えてきました。でも、「みんなそんなもんかな？」とか「月経痛って我慢したらいいもの？」「病気ではないしなあ…。病院いくほどでないしなあ」って婦人科に受診するほどでない思いがち。

お話のテーマは 「女性の身体のお話」

『ゆるんの思い』

女性の身体の専門家でもある婦人科をホームドクターにしてほしい♪
年齢問わずに、いつでも相談できる病院として利用してほしい。

隠れた病気を早期発見してほしい。
おしゃべり会では女性の身体について、子宮体がん・卵巣がんの啓発のお話を交えながら気軽にお喋りできたらと思います。

自分で簡単に作れる窓辺のインテリア。窓枠やカーテンレールに下げて、太陽のキラキラを取り込んで、癒し空間を作ってくださいね。



2月はお部屋のインテリア サンキャッチャー作り

3月はかわいいお菓子 アイシングクッキー作り



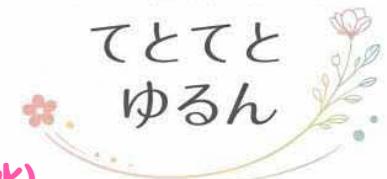
アイシングは可愛くていろんな技術があり、奥深い魅力的なクッキーです。お友達やご家族へ作ったアイシングクッキーをプレゼントするのも素敵です。お菓子作りに集中する時間を楽しんでくださいね。

告知！ 個展会イベント 出展者募集！

[開催日] 2026年10月1日～
10月21日(水)

[会場] ゆるんサロン
大阪市天王寺区清水谷町16-25-1F

サロンで楽しむいきいきなフェスタ



1ブース 1日～1週間で入れ替わり制
個展 展示販売 ワークショップ カフェ などなど

詳細はお問い合わせください
随時ブログやSNSでもご案内していきます



たのしいをみつける ゆるん 自分をみつける You-run