

# ほっとすぺーす Olive

2023年2月22日発行

NPO 法人男女平等参画推進みなと

お問合せ

03-3449-5856 (tel/fax)  
(mail)  
gem-minato@kif.biglobe.ne.jp

ホームページが新しくなりました。  
<https://gemminato.com>

☆Oliveは、  
生き辛さを感じている女性たちが  
安心して自分の事を話し、聞き、  
一緒に過ごす事でエンパワメントされる場を  
目指して運営しています。



三月、  
木の芽や虫たちが、冬を終え、動き出す  
季節、この時季は、身体的・精神的に一  
番バランスをくずしやすいようです。  
昔の人は「木の芽時」と表現していまし  
た。春の寒暖の差に自律神経が不安定に  
なりやすい時季だそうです。体調が悪い  
時、気分がのらない時、無理するのはや  
めましょうね。

※今月のランチは28日（火）です。

日	月	火	水	木	金	土
1/29	30	31	1	2	3	4 F 養成ブース ター研修 13:00~16:30
5 SGオリーブ 同窓会 13:45~16:15	6	7 しゃべり場 12:00~15:00 要予約/人数制限あり	8 ☆	9	10	11 パソコン教室 13:30~15:30
12 ドロップイン 14:00~16:00 要予約	13	14	15 ☆	16	17 ドロップイン 14:00~16:00 要予約	18
19 カフェ工房 13:30~16:00 要予約/人数制限あり	20	21	22 ☆	23	24	25 パソコン教室 13:30~15:30
26	27	28 しゃべり場 12:00~16:00 ★ランチ 要予約/人数制限あり	3/1 ☆	2	3	4

年会費 500円

利用料 しゃべり場200円、カフェ工房300円、★字てがみ200円、  
パソコン教室100円、ドロップイン200円、★ランチ300円(ランチ代、しゃべり場代込)

☆毎週水曜日 10時~16時はオリーブにスタッフがおります。来所の際はご一報ください。