



ゆくりな上半期イベント情報！

ゆくりな子育てピアサポートサロン ※申込制

偶数月は子育て世代やその家族の方を対象にサロンを開催します。

● 4 / 26 (金) ●

10:00~12:00

気をつけねの！
親子でおでかけ
ヒヤリハット～春の陣～

おでかけが多くなる春。
お子さんとでかける時に
気をつけるポイントにつ
いて学びます。

講師：消費生活センター
清水 優子氏 他

● 6 / 14 (金) ●

10:00~12:00

子育て家庭の防災準備
※タイトル調整中

「いざ」という時に備え
て、お子さんがいる家庭
での防災準備のポイント
をお伝えします。

講師：夢みらい館・さばえ
職員 姫野 貴子

● 8 / 9 (金) ●

10:00~12:00

保活について
※タイトル調整中

10月から始まる保育園申
請に向けて準備中という
方も多いはず！保活に向
けて役立つ情報をお届け
します。

講師：育休後アドバイザー
加藤 裕美氏

ゆくりなピアサポートサロン ※申込制

奇数月は様々な年代の方にフォーカスを当て、サロンを開催します。

● 5 / 24 (金) ●

19:30~21:00

睡眠と健康

自分や家族の「眠り」に
ついて気になることはあ
りませんか？
研究データを基に「睡
眠」について学びます。

講師：福井県立大学
看護福祉学部 教授
笠井 恭子氏

主な対象：ミドル～シニア

● 7 / 12 (金) ●

19:30~21:00

ちょっと待って！
それって本当？
ネットに潜む危険
～夏の陣～

ネットで見かける怪しい
広告。だまされないため
に見極めるコツを学びま
す。

講師：消費生活センター
清水 優子氏

主な対象：ミドル～シニア

● 9 / 13 (金) ●

14:30~15:30

シニアの健康ダンス
※タイトル調整中

未経験でも大丈夫！
懐メロや昭和歌謡で楽し
く踊って健康維持に努め
ませんか？

講師：ダンスフィットネス
インストラクター
味寺 美和子氏

主な対象：シニア

各種サロン会場：夢みらい館・さばえ(鯖江市三六町1丁目4-20)



夢みらい館・さばえ公式HPやSNSで、詳細を随時
発信していきます！ぜひチェックしてください。

お問い合わせ・お申し込み

電話 0778-51-1722(夢みらい館・さばえ)



HP

※情報に修正、変更が入る可能性がございます。HP、SNSを適宜ご確認ください。

ゆくりなは、誰ひとり取り残さないさばえつながりサポート事業(鯖江市委託事業)です。