



ルミナスの名称には「光り輝く」という意味が込められています。
ルミナスに集い、ルミナスでつながるすべてのみなさんの生活に光輝く時間をプラスし、
男女共同参画の和を広げていける施設でありたいと考えています。

男女共同参画セミナー③

性的マイノリティへの理解を深める

～当事者が語るリアル体験と真実の姿～

だれもが安心して暮らせる社会へ。LGBTQの基礎知識とトランスジェンダー当事者が抱える困難について考え、理解を深めます。

日時 1月18日(土) 10:00~12:00

講師 黒部美咲さん ((一社)gid.jp 日本性同一性障と
共に生きる人々の会 九州支部 支部長)

定員 50人

受講料 無料

申込方法 窓口・電話・HP 申込

(定員になり次第締切)※託児締切 1/11(土)



【講師プロフィール】

2016年 一般社団法人 gid.jp 日本性同一性障と共に
生きる人々の会九州支部 支部長に就任し、本格的に啓
発活動を始めます。

メディアへの取材対応、講演活動、交流会の開催、相
談業務を通じて、当事者が差別や偏見を感じることに
ない社会形成のため精力的に啓発活動を行っている。

るみなすライブラリー

新刊のお知らせ

*おひとりさまの逆襲:「物わがりのよい老人」になんか
ならない 上野千鶴子、小島美里 著

*小説 8050 林真理子 著

*「小児性愛」という病-それは愛ではない 齊藤章佳 著

*津田梅子:科学への道、大学の夢 古川安 著

*光のところにいてね 一穂ミチ 著

*恐ろしくきれいな爆弾 越智月子 著

*おしごとそうだんセンター ヨシタケシンスケ 著



書籍の貸し出しも行っています。ご利用ください。

【講座・セミナーの申込方法】 以下、いずれかの方法でお申し込みください。

① **ホームページ** ... ルミナス HP から入力する。

② **直接窓口** ... ルミナス(1階受付)に郵便ハガキ1枚を持参し、申込書に記入する。

③ **往復ハガキ** ... 住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・講座(セミナー)名・託児の
有無を記入し、ルミナスへ郵送する。

※申込多数の場合は抽選になります。

=太宰府市以外の方も受講可=



講座・セミナーは 無料託児あり
対象:就学前まで ※要事前申込

薬膳料理～家族のための冬養生

寒い冬に人の身体は、春からエネルギーに必要な
気血を養います。冬に適した食材や養生のお話をしま
す。

日時 1月23日(木) 10:00~13:00

講師 宇津原 知世美さん(国際中医師/国際中医薬剤師)

定員 20人

受講料 1,100円

材料費 1,200円

メニュー ・豚の陳皮煮
・牛肉と皮のきんぴら
・黒豆おこわ
・黒糖カステラ
・補腎茶



締切 1月9日(木)必着

男性の家事参画応援!!

オトコの筋肉めし

食事・運動のエキスパートから基本の栄養学の知識
と、筋肉づくりに適した料理初心者にもやさしいレシピ
をお伝えします。

日時 1月26日(日) 10:00~13:00

講師 後藤 優子さん

(日スポ-ツ協会公認アスレティックトレーナー/スポ-ツ栄養士)

定員 16人

受講料 1,100円

材料費 1,000円

メニュー ・鮭のちゃんちゃん蒸し
・たまポテサラダ
・しじみ汁
・白ごはん



締切 1月12日(日)必着

