



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。

## 男女共同参画週間

6月23日(火)~29日(月)

令和8年度男女共同参画週間キャッチフレーズ

# “あなたらしさが、社会のチカラ”

### 女性のプチ起業応援① スマホだけで簡単！ ショート動画で集客セミナー

冒頭1秒で心をつかむ、拡散力が高いショート動画の作り方を学び、実際にSNSにあげてみましょう！

日時 7月11日(土) 10:00~12:00  
講師 佐々木晋さん(福岡県よろず支援拠点コーディネーター)  
対象 起業に興味がある女性  
事前にアプリをインストールできる人  
定員 15人 受講料 無料  
締切 6月26日(金)必着  
共催 福岡県よろず支援拠点



### 薬膳料理～家族のための夏養生

暑い夏は、身体の陰液や気を補うことで夏バテを防ぎます。  
夏の身体や心掛ける養生を学び、美味しい薬膳料理を作ります。

日時 7月23日(木) 10:00~13:00  
講師 宇津原知世美さん(国際中医師/国際中医薬膳管理師)  
定員 20人  
受講料 1,100円 材料費 1,200円  
メニュー ・塩豚とゴーヤの酒蒸し  
・トマトピクルスソーメン  
・あんみつ  
・夏の養生茶  
締切 7月9日(木)必着



### 働きたい女性応援セミナー①

働きたいと思っている女性の就職活動に役立つセミナー！就活準備に有効な自己分析や書類作成のポイントなどをおさえます。※セミナー後、希望者は個別相談会があります。(一人15~20分程度)

日時 7月15日(水) 10:00~12:00  
対象 女性 定員 15人  
申込方法 窓口・電話・HP 受講料 無料  
締切 7月7日(火) ※定員になり次第締切  
主催 福岡県/太宰府市男女共同参画推進センタールミナス



### 作って学ぶ！わくわくプログラミング

遊び感覚でプログラミングを学び、考える力や工夫する力を身につけます。ブロックを組み合わせるだけでプログラムが作れる「Scratch(スクラッチ)」を使って学びます。

日時 7月25日(土) 10:00~11:30  
講師 ITエンジニア  
対象 小学1年生~3年生と保護者  
定員 10組 ※1組子ども2人まで(パソコン1台)  
受講料 1,100円  
締切 7月11日(土)必着



### おやこ DE ポーセラーツ ※ルミナスロビーにて作品展示中

白い器に転写紙と呼ばれる絵のついたシートを水で貼り付け、自由にデザインし、オリジナルの食器を作ります。  
※作品は、焼成して後日渡しとなります。

日時 8月2日(日) ①9:30~10:30 ②11:20~12:20 ※希望時間を必ずご記入ください  
講師 Kikoさん(ポーセラーツ講師/食器作家) 対象 小学生と保護者 定員 各16組  
参加費 各1,500円(材料費込み・子ども1人分) 締切 7月12日(日)必着  
協力 ポーセラーツ教室 Lady K



【申込方法】①~③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、申込書を記入する。
- 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・託児の有無を記入郵送する。  
※申込多数の場合は抽選になります。

無料託児付き/対象:満2歳~就学前まで※要事前申込

【問い合わせ・申込先】

太宰府市男女共同参画推進センタールミナス  
〒818-0102 太宰府市白川2-2  
TEL 092-925-5404 <https://dazaifu-ruminas.jp/>

