

就職準備中・就活中の
大学生も参加可能です

「はたらく」と「も見えてくる」
自分のからだに向き合おうと



はたらく

も見えてくる



もみ



京都若者サポートステーションは、厚生労働省の認定及び京都市の委託を受け、公益財団法人京都市ユースサービス協会が運営しています。
京都若者サポートステーションは、「はたらくこと」について様々な不安や悩みごとにより、一歩踏み出せないでいる若者に、若者自身にあった
相談やプログラムを提供し働くことを通じて自立へのサポートをする就労支援施設です。



1日コース

1月17日(金) 14:00~16:00

じぶんみがきダンス

4日コース

1月28日(火), 30日(木), 31日(金), 2月6日(木) 各回14:00~17:00

いつもよりゆったり身体をゆるめてみましょう。
 ふだんよりじっくり自分の身体を感じてみましょう。
 そして誰かと一緒に動いたり作ったり。
 ダンスの楽しさは周りの景色や心の景色を変えてくれる。
 かもしれません。そうした体験からくる学びは
 「はたらくこと」につながっています。
 単発で参加できる1日コースと
 じっくり学べる4日コースを用意しました。

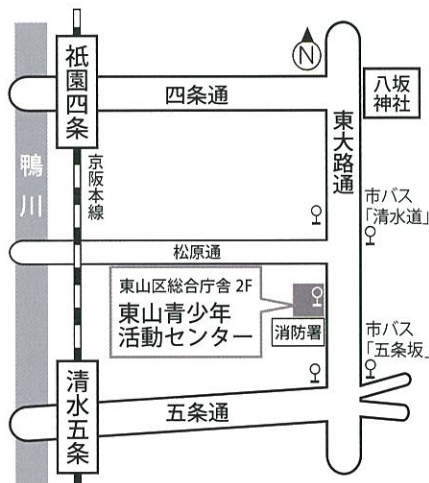
簡単プログラム紹介

シンプルなメニューを重ねて、心も身体もほぐし、元気にしていきます。

- ・身体をゆるめてあげるストレッチ
- ・身体に興味のわくボディーワーク
- ・ペアやグループでの短いクリエーション(密接を避けて行います)
- ・参加者同士でのショーイング

場所	京都市東山青少年活動センター (東山区清水五丁目130-6 東山区総合庁舎2F)
参加対象	無業状態にある15歳から49歳までの方(学生も可) ダンス経験は必要ありません
参加費	無料
定員	12名(最小催行人数6名)
講師	ダンスユニットセレノグラフィカ 隅地茉歩(振付家・ダンサー) 阿比留修一(ダンサー)
申し込み	令和7年1月13日(月・祝) 締切(先着順)
主催	公益財団法人京都市ユースサービス協会 (京都若者サポートステーション)

京都市東山青少年活動センター
 (平日・土曜10時~21時/日祝10時~18時/水曜及び12/29~1/3休館)
 Tel:075-541-0619
 Mail:higashiyama@ys-kyoto.org



申し込み・問い合わせ Tel 075-541-0619



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!