

イベントNO.202311021

主催：コープ委員会泉北福泉



■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
11月4日(土)



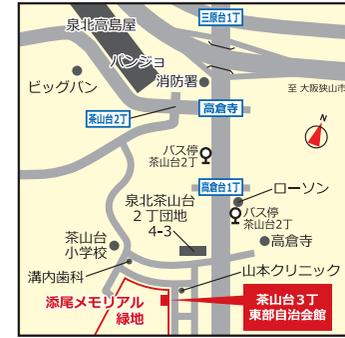
～癒しの小宇宙～

## 「苔テラリウム」を作ってみませんか？

「苔おじさん」こと泉原一弥さんをお迎えし『苔テラリウム』を作ります。約10cm角の立方体の中に広がる宇宙！苔を植えて、好きなミニチュアやフィギュアを飾って癒しの空間を創りましょう！

- 日時** 11月27日(月) 10:00～12:00
- 会場** 茶山台3丁目東部自治会館 【住所】堺市南区茶山台3-416
- 駐車場** あり(無料) ※駐車できる台数が少ないので、なるべく公共交通機関をご利用ください。
- 募集人数** 抽選20人 **参加費** 1,100円 ※おつりのないようご準備ください。※参加費は製作個数になります。
- 子どものお世話** あり(無料) ※申し込み時要予約
- 講師** 泉原 一弥さん
- 持ち物** 筆記用具、持ち帰り用の袋、ビニール手袋(必要な方)
- 申込方法** インターネットのみ

※当落結果は、11月18日(土)までにメールにてお知らせします。 ※申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。



※写真・イラストはイメージです

## 泉州北エリア

イベントNO.202311024

主催：コープ委員会和泉南



■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
10月28日(土)



押さない 揉まない 引っ張らないで全身すっきり!

## 魔法のタッチ さとう式リンパケア

不思議感覚。こんなに簡単に? 先生は「リンパマッサージ」ではなく、「リンパケア」と言います。みなさんも一度体験してみてください。

- 日時** 11月28日(火) 13:30～15:30
- 会場** 和泉シティプラザ 3F学習室4 【住所】和泉市いぶき野5丁目4-7
- 駐車場** あり(有料) ※2時間まで無料、以降30分ごとに100円
- 募集人数** 抽選25人 **参加費** 100円 ※おつりのないようご準備ください。
- 子どものお世話** あり(無料) ※申し込み時要予約
- 講師** 長滝和代さん
- 持ち物** 手鏡、ヒモ(伸びないもので、ウエストサイズ+20cm) ※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越しください。
- 申込方法** 電話・インターネット

※当落結果は、11月8日(水)までにメール・電話にてお知らせします。 ※申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。



持ち物例です

## 泉州中エリア

イベントNO.202312003

主催：コープ委員会久米田



■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
10月28日(土)



なんでこんなにイライラするんだろう?

## アンガーマネジメントとペップトークを学んで笑顔になろう!

イライラ→爆発→最悪な雰囲気…こんなはずじゃなかったのにと自己嫌悪…こんな経験ないですか? “アンガーマネジメント”でイライラの正体とコントロール法を、“ペップトーク”で相手のやる気や力を引き出す声かけのポイントを学び、穏やかな時間を増やしましょう!

※今回は子育て中アルアルも交えてお話していただけます。

- 日時** 12月11日(月) 10:00～12:00
  - 会場** 浪切ホール4F 研修室1 【住所】岸和田市港緑町1-1
  - 駐車場** あり(無料)
  - 募集人数** 抽選30人 **参加費** 無料
  - 子どものお世話** あり(無料) ※申し込み時要予約
  - 持ち物** 筆記用具、飲み物(必要な方)
- ※時期的なこともありますのでマスクの着用をお願いします。

ヘルシーフィールド  
**講師** Healthy Field 代表  
アンガーマネジメントコンサルタント  
ふくなり ふみよ  
福成 二三代さん

**申込方法** インターネットのみ  
※当落結果は、11月10日(金)までにメールにてお知らせします。  
※お申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。



<プロフィール>  
2013年にアンガーマネジメントファシリテーターの資格取得、企業や官公庁、学校、病院などでアンガーマネジメント研修を行っている。2016年その業績が認められおよそ2,000人の中から最優秀アンガーマネジメントファシリテーター賞を受賞。2019年日本ペップトーク普及協会認定講師の資格取得後は、ペップトークとアンガーマネジメントを組み合わせた研修などを年間およそ100か所で行っている。

