

ホッとできるランチタイム

Fe-le café

Female League

『Fe-le (エフェル) カフェ』とは・・・
宇都宮大学に勤める女性の教職員と大学院生が
月に1度集まって、おしゃべりしながら
ランチタイムを楽しむ場です。
毎回、県内で活躍する素敵な講師をお招きし、
日々の生活に役立つお話を聞くこともできます。
さまざまな分野・さまざまな年代の人々が交流し、刺激あって
宇大を「おもしろく」していきませんか。
仕事の合間にホッと一息。
みなさんぜひ遊びにきてください。



9/24
(水)

峰キャンパス UU プラザ

陽東キャンパス 9-108
(情報工学科 学科会議室)

10/28
(火)

『女性ホッと交流セミナー ～心を整えしなやかな自分をつくる～』

講
師

AEAJ 認定 アロマセラピーインストラクター
英国 NC 認定 アロマセラピスト・リフレクソジスト
(社)日本産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー 黒川 育子

アロマでリフレッシュ！

不安や緊張などのストレス緩和に役立つ、香り（精油）や呼吸法、エクササイズなどを学びます。

天然成分のアロマは、料理が美味しく感じられ、また無駄に食べ過ぎることも防いでくれるため、健康促進やダイエットにつながると考えられています。※個人差がありますので匂いが苦手な方は参加をお控えください。ラベンダー・ローズマリー・オレンジ・レモンのオーガニックエッセンシャルオイルを使用します。

- 時間：12:00～12:50 ※ランチご持参ください
- 申込方法：TEL・FAX・e-mail
- 申込締切：開催日前日（当日参加可）
- 対象：女性の教職員・大学院生・大学院進学を目指す4年生



茶菓子付き!

天然成分 100%の
アロマオイル使用!

【お申込み・お問い合わせ】 女性研究者キャリア支援室 (Fe-le)

峰キャンパス 5号館C棟3階 / TEL・FAX:028-649-5151 / gender@cc.utsunomiya-u.ac.jp
<http://kyodo-sankaku.utsunomiya-u.ac.jp/> ← 11月以降の情報が確認できます