

ひとり親家庭の母と寡婦対象

金曜健康教室

身体の歪みを整える **ヨガ**

予約制の無料
保育があります
1歳～小学2年生

- ★開催日時 毎月第1・3金曜日に開催(4月7日から)
18:30～19:45
- ★定員 15人募集
- ★募集期間 3月8日(水)～3月25日(土)
- ★対象者 ひとり親家庭の母とひとり親を経た寡婦
- ★講師 佐枝 陽子講師
(日本フィットネスヨガ協会認定講師)

健康教室は
ヨガ・ボディワーク
どちらか一方のお申し込みになります



平成29年前期 ヨガ日程表

新規お申し込みの方優先とさせていただきます

5月は第1金曜日が祝日のため第2金曜日に開催いたします。

- ・動きやすい服装でご参加ください。
- ・無料保育があります。申込時にご予約下さい。



疲れた
身体を
リラックス

4月
7日(金)
21日(金)

5月
12日(金)
19日(金)

6月
2日(金)
16日(金)

7月
7日(金)
21日(金)

8月
4日(金)
18日(金)

9月
1日(金)
15日(金)

❀ 川崎市母子・父子福祉センター ❀

《就業支援》

- 無料職業紹介所
- 再就職・転職の相談受付
- 就業支援講習会
 - ・パソコン講習会
- (タイピング・入門～基礎・ステップアップ)
- MOS(Excel)講座
- パソコン速習講座
- 簿記3級資格取得講習会
- 調剤事務管理士資格取得講座
- 電子会計(弥生会計)講座等
- 自立支援プログラム策定事業
- 自立支援教育訓練給付金事業の受付
- 高等職業訓練促進給付金等事業の受付
- 高卒認定試験合格支援事業の受付



《生活支援》

- 川崎市ひとり親家庭等日常生活支援事業
【エンゼルパートナー制度】
- 川崎市在住のひとり親の父母及び寡婦の方が日常の家事や育児ができない時に、家庭生活支援員を派遣する事業です。
- 利用については、事前面談での登録が必要です。
- 詳細については、お電話でお問合せください。
- 生活相談
- 生活支援講習会(ヨガ・ボディワーク・片づけに関するお話等)
- 無料法律相談(毎月第2金曜日。1か月前から電話で予約可)



子育て情報の提供と育児相談もしています

川崎市母子・父子福祉センターサン・ライヴ

〒211-0067

川崎市中原区今井上町1番34号 和田ビル2階

電話 044-733-1166

休館日 毎月曜日・第2・4日曜日・祝日

開所時間 9:00~17:00

(水曜日・金曜日 9:00~21:00)

《JR武蔵小杉北改札(南武線口)北口バスターミナルから徒歩10分。

市営・東急バス小杉御殿町下車0分》



川崎市母子・父子福祉センター

検索

