



参加・無料

# ひとり親 ♥ サロン



～楽しみながら予防・不調ケア～

## アロマ・ハーブでホームケア

講師 ハーバルセラピスト 淡田 由貴 氏

♥とき 平成28年11月17日(木)  
10:00~13:00

♥ばしょ ひとり親サポートよこはま(関内)



秋も深まり、風邪やインフルエンザが心配な季節ですね  
冷えや乾燥…身体のトラブルがしやすいこの季節

ご家庭で、お子さんと一緒にできるケアについて学んでみませんか?  
植物のチカラを味方につけて、元気に冬を乗り切りましょう!

いろんな種類の  
ハーブがあるけど、  
どんなふうに取り入れると  
いいの?

風邪かな?の  
タイミングに効果的な  
アロマって?

◀手作りクラフト実習もあります!▶

温かいハーブティーを用意して  
お待ちしております♪



締め切り:  
平成28年11月4日(金)

対象者: 横浜市内在住のひとり親家庭の親、親子  
\*法的にひとり親家庭でない方も含む

定員: 8名

参加費: 無料

保育: 無し

申込方法: 裏面の申込用紙に必要事項をご記入の上、  
FAXいただくか、はがき、電話、E-mailにて  
次の項目をお知らせください  
講座名・住所・氏名・電話番号

申込み  
問い合わせ

◀ひとり親サポートよこはま▶ 横浜市母子家庭等就業・自立支援センター

(運営: 一般財団法人横浜市母子寡婦福祉会)

〒231-0014 横浜市中区常盤町3-24 サンビル8F

TEL:045-227-6337 FAX:045-227-6338

E-mail: [shienboshi@zaibosi.org](mailto:shienboshi@zaibosi.org) URL: <http://www.hitosapo-ykh.jp>



(FAX 番号 045-227-6338) ※送信面にご注意ください  
申 込 書

講座名	ひとり親サロン 平成28年11月17日(木) 10:00~13:00	
ふりがな	当サロンを何でお知りになりましたか?(〇をお付けください)	
氏名	ホームページ ・ メルマガ ひとり親サポートよこはま支援員 その他( )	
住所	〒 ー ー 区	
連絡先	自宅: 045 ー ー	FAX: 自宅TELと同じ ・ なし
	携帯: ー ー	連絡可能な時間帯( 時~ 時)
質問したいこと	*受講される目的やご質問などがありましたら具体的にご記入下さい。運営の参考とさせていただきます。	
就労状況	正社員 ・ パート ・ 契約社員 ・ 派遣 ・ 無職 ・ その他( )	
お子様について	第1子( 歳 ・ 男 / 女 )	第2子( 歳 ・ 男 / 女 )
	第3子( 歳 ・ 男 / 女 )	第4子( 歳 ・ 男 / 女 )

お申し込み時にご提供いただいた個人情報は本セミナー実施にのみ使用し、その他の目的で使用することはありません。

ご連絡  
お待ちしております☆



※駐車場・駐輪場はございません  
会場へは公共交通機関でお越しください

◇会場案内◇

- ◆JR 関内駅 北口 徒歩3分
- ◆市営地下鉄関内駅 出口3 徒歩0分
- ◆みなとみらい線 馬車道駅 出口7 徒歩6分

