京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす

mama*cafe(ママ・カフェ)

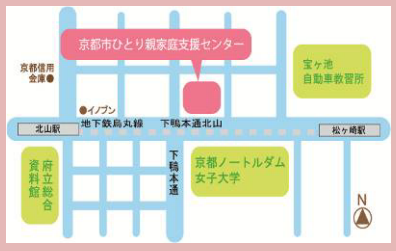
参加に関する事、
お気軽に電話で
相談してください。
どんなことでも
結構です！
お待ちしてます。

母子家庭のお母さん※の楽しい交流の場です。
みんなで子育てや仕事のこと、
傷ついたこと、悲しかったこと、
今までのことや、これからのこと、
同じ目線・同じ立場でお話しませんか？
※婚姻の実態は失われているがやむを得ない事情により
離婚の届け出を行っていない方を含む

対　　象：京都市にお住まいの子育て中の母子家庭の母※と
子ども（乳児可）
開催日時：８月・12月を除く木曜日・水曜日の交互開催
いずれも１０：３０～１２：００
場　　所：京都市ひとり親家庭支援センター　保育室（和室）
定　　員：12人（先着）電話にてご予約ください
参加費　：無料

おいしい紅茶・
コーヒーを飲みながら、おしゃべりしませんか？
お菓子と『役立つ情報』もご用意！
ほっとする時間を
お楽しみください。

開催日	テーマ	内容
10月14日(水)	おおいに語ろう！TENUKI料理♡	忙しい毎日、いかに早く栄養のある食事をつくるかがポイント。アイデア続出、抱腹絶倒！？どんな話が飛び出すか・・・レシピもあります！
11月12日(木)	来年のカレンダーに夢を書きこもう！	来年のカレンダーをご用意しています♡ 子どもの予定や、来年こそ行ってみたいところや、チャレンジしたい事を書きこみましょう！ 仕上げにキラキラペンやかわいいシールで飾っちゃいましょ～。デコりにきてね。
１月20日（水）	子どもとの時間・私だけの時間	大切な子どもとの時間。どんなふうに過ごしてる？ でも、私だけの時間も見つけたいな・・・。 みんなで、おしゃべりしましょ♪
２月18日（木）	資格取得について、わいわい話そう！	資格をとりたいな・・・でも、資格を取って、実際役立つのか不安。。。資格の話をみんなでしよう！ 資料もあります。
３月16日（水）	センターを見学しよう（着物見学含む）	『京都市ひとり親家庭支援センター』ってどんなところかな？って思っているあなた！是非この機会にお越しください!!館内のハローワークも見学！七五三の着物など貸出用の置物もお見せします。お楽しみに！！

京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす

606-0846 京都市左京区下鴨北野々神町 26 番地　北山ふれあいセンター内
電話　０７５－７０８－７７５０　FAX　０７５－７０８－７８３３
【開館時間】10：00～18：00　【休館日】火曜・祝日
◎市バス北８・４系統『野々神町』スグ　◎市営地下鉄『北山』駅下車　東へ徒歩５分
◎市営地下鉄『松ヶ崎』駅下車　西へ徒歩５分(エレベーター利用にはこちらが便利)
※駐車場はありません。（自転車・バイク可）http://yumeasu.com