

参加費無料

# ひとり親 ♥ サロン

～いつもがんばっているあなたへ～

## い や しんきゅう こう さ こころとからだを癒す鍼灸講座

講師：次世代はりきゅうレボリューションズ 代表 伊藤 由希子氏



♥ 日時 平成29年5月17日 (水)  
10:00～13:00

♥ 場所 ひとり親サポートよこはま(関内)

「<sup>しんきゅう</sup>鍼灸」と聞いて、どんなイメージをお持ちでしょうか？ 古めかしい？お灸は熱そう？ 今回の講師の方は、新進気鋭の若手鍼灸師。女性に大敵な冷えの取り方、お子様と一緒にツボを使って簡単にできるケア、お風呂の入り方のアドバイスなど、すぐに取り入れたいセルフケアについて教えていただきます。子育て、仕事、家事、親の介護など、いつもがんばっているあなたにお届けしたい、古くて新しい鍼灸講座です。

対象者：横浜市内在住のひとり親家庭の親  
\*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、電話、E-mail 等にてお申し込みください。

\*定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。



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>

