



日常をもっとラクにたのしく！

# シングルマザーな親子 DE 食育 & 心とあたまのトレーニング★

参加費は  
母子一組で  
1000円

日時：2017年11月12日(日)

午前10時30分～16時

会場：ウィングス京都 2階 調理コーナー (ほか)



保育  
無料

Side by Side...

2017.11.12  
Schedule

- ★ AM  
クリスマス DE 食育  
(親子で調理)  
●クリスマスケーキも  
作ります！  
(3歳未満の方は保育)
- ★ PM  
「よりよい人間関係を  
築くには」  
お菓子を食べながら  
楽しく学びましょう！



次回 2018.1.14  
★ 食育テーマ  
「飲茶 DE 食育」  
★ トレーニングテーマ  
「日々のごちゃごちゃを  
整理して前向きになる」

毎回 午後からは  
お子さんはお子さん  
同士で保育で遊びます  
(保育申込締切までに  
事前予約が必要です)  
今回の申込締切 10/27

日々、仕事と家事や育児に追われてヘトヘトなシングルマザーの方、ぜひ参加されませんか？

日頃 仕事と育児に追われてなかなか時間が取れないシングルマザーやそれに近い状況の方に、普段の仕事や子育て、職場等での人間関係などの問題を整理して解決できる力を鍛えていただくための楽しく学べる講座です。

ぜひ私たちと一緒に学びませんか？ お気軽にご参加ください。

講師：

(午前) 大野 通子 (食育講師・京都府ひとり親家庭自立支援センター相談員)

(午後) 浜口 桂 (Co-en代表・大学講師・ワークツールクリエイター)

(午後) 寺田 由香里 (Side by Side代表・京都市男女共同参画推進アドバイザー)

市民活動グループ Side by Side は「シングルマザーが自分と子どもの未来を創る・考えるコミュニティです。自分に自信がもてない。何かしたいけれど、一歩踏み出せない。誰も相談する人がいない。そんなシングルマザーやそれに近い状況の方たちが一緒に考え学ぶ場です。

私たちと一緒に学びませんか？



お申込・お問合せ

Side by Side (担当：寺田)

定員：親子10組 申込受付：先着順

電話 075-344-9566

メール info@sidebyside.kyoto

ホームページ http://sidebyside.kyoto/

主催 市民活動グループ Side by Side (サイドバイサイド) 〒600-8834 京都市下京区和気町11

共催 公益財団法人京都市男女共同参画推進協会

〒604-8147 京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262 京都市男女共同参画センター (ウィングス京都)