

心と身体を癒すヨーガ

ポーズと丁寧な呼吸で心と身体を整え、
リラックスした時間を一緒に過ごしませんか？

無料

7月5日（水）10：00～11：30

講師：ヨーガ講師 中林 佳子 氏

場所：神戸市ひとり親家庭支援センター2階 会議室

対象：ひとり親家庭の保護者及び寡婦の方

定員：20名先着順（お子さまの同伴不可）

締切：6月30日（金）

お申込み：電話・FAX（裏面）又はHP問い合わせフォームより ↑

託児：要予約・締切6月26日（月）1歳半から就学前まで



※当日午前7時の時点で神戸市内に気象警報が発令されている場合、講座は自動的に中止となります。
なお、警報以外での中止については事務局よりご連絡させていただきます。

<お申込み・お問い合わせ先>

神戸市ひとり親家庭支援センター

（指定管理者 社会福祉法人

神戸市母子福祉たちばな会）事務局

〒650-0016 神戸市中央区橘通3丁目4番1号

TEL 341-4532 FAX 371-6478



HP

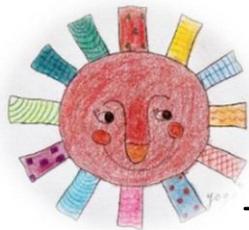


Facebook



Line





しらゆり講座参加申込書

下記に必要事項をご記入の上、FAX・電話またはホームページのお問合せフォームよりお申込みください。

FAX 送信先：078-371-6478

*令和5年7月5日(水) 10:00~11:30 開催の「心と身体を癒すヨガ」講座に申込みます。

区名	氏名	住所	電話番号	託児希望者のみ記入 なまえ・性別・年齢

*お預かりする個人情報については、本講座以外で使用することはありません。

*右記の申込フォームからもお申し込みできます。

(迷惑フィルターの設定をしている方は解除してください。)



お申込み・お問い合わせ先

神戸市ひとり親家庭支援センター（指定管理者 社会福祉法人 神戸市母子福祉たちばな会）事務局
〒650-0016 神戸市中央区橋通3丁目4番1号 電話 078-341-4532 FAX078-371-6478

- 【場 所】 神戸市ひとり親家庭支援センター
神戸市立総合福祉センター3階
- 【最寄駅】 神戸高速「高速神戸駅」徒歩5分
JR「神戸駅」徒歩10分
市営地下鉄「大倉山駅」徒歩5分
「ハーバーランド駅」徒歩12分
神戸市バス「大倉山」徒歩3分

