

平成29年度ひとり親家庭等生活向上事業（大阪府委託事業）

ひとり親家庭生活支援講習会

（大阪市、堺市、高槻市、東大阪市、豊中市、枚方市を除く）

元 気 は つ ら つ 人 生 ！

自分らしくいきいきと過ごすために今の自分を知り、明日を生きるためにやるべき事を一緒に考えてみませんか？老いるとは？老いと仲良く付き合う方法など、1部では年齢を重ねても自分らしく生活するために食べる事を中心にしたお話を、2部では健康に過ごすための簡単な体操をします。いつまでも元気で生活できるように、参加してみませんか？

<日 時> 平成29年12月3日（日） 13時00分～15時00分

<場 所> 大阪府谷町福祉センター 2Fホール

<講 師> 奥村 百合子 さん

看護師。東大阪市介護認定審査会審査委員を務める他、(株)Mon Reve に於いて、介護事務講師、看護領域についての講座・研修会・介護福祉士国家試験対策を担当。また、フリーで施設開設アドバイザーとして各施設と契約し指導などを行っている。

<定 員> 100名 定員になり次第、締め切ります。

<対象者> 大阪府内（大阪市、堺市、豊中市、高槻市、東大阪市、枚方市を除く）にお住まいのひとり親家庭の親、または寡婦に限ります。

<参加費> 無料

<保 育> 2歳以上のお子さん

<申 込> 電話 06-6762-9995 までお申し込みを。

（日曜、祝日を除く10時～16時まで。※但し、希望者多数の場合は先着順とさせていただきます。）

<問合先> 社会福祉法人 大阪府母子寡婦福祉連合会 事務局

