



# 令和5年度 グループワーク日程表



	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ワンスリーヨガ 第1.3火曜日 10:00~10:50	4日 18日	2日 16日	6日 20日	4日 18日	1日	5日 19日	3日 17日	7日 21日	5日 19日	16日	6日 20日	5日 19日
チェリッシュ 第2火曜日 10:00~11:30	11日	9日	13日	11日	8日	12日	10日	14日	12日	9日	13日	12日
シングルマザーズ 第2月曜日 10:00~11:30	10日	8日	12日	10日	14日	11日	9日	13日	11日	8日	12日	11日
自律訓練法 マインドフルネス 10:00~11:30			開催月					開催月				

ひとりで悩まないで！  
子どものこと、家庭のこと  
気軽に話しに来ませんか？

〒745-0801 周南市久米1347  
こども家庭支援センター ぼけっと  
TEL: 0834-25-0605  
FAX: 0834-25-0033



