



30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
ワンズリーヨガ 第1.3火曜日 10:30~11:30							2日 16日	6日 20日	4日 18日	15日	5日 19日	5日 19日
チェリッシュ 第2火曜日 10:00~11:30	10日	8日	12日	10日		11日	9日	13日	11日	8日	12日	12日
シングルマザーズ 第2月曜日(祝日除く) 10:00~11:30	9日	14日	11日	9日	13日	10日	13日(土)	12日	10日		2日(土)	11日
自律訓練法 マインドフルネス 10:00~12:00			19日					7日				

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 ぽけっと
TEL: 0834-25-0605
FAX: 0834-25-0033

