

川崎市ひとり親家庭応援メルマガ 26/02/13 定例号

ひとり親家庭の方に役立つさまざまな支援施策や役立つ情報を配信しています。川崎市母子・父子福祉センターサン・ライヴ、川崎市男女共同参画センター（すくらむ21）からの情報は、13日・27日の定例号でお届けします。

相談

【女性弁護士による無料法律相談（1人25分）】

日程：2/20（金）10:00～11:30、3/13（金）17:00～20:00

申込方法：相談日の2週間前から電話受付

場所：川崎市母子・父子福祉センターサン・ライヴ

最寄駅：JR 武蔵小杉

<https://kawasaki-boshicenter.com/consult/#law>

【女性のための働き方・しごと相談】

日程：毎月 第2・4水曜日、第1・3土曜日

※祝日はお休みです。

相談時間：9:00～・10:00～・11:00～・13:00～ ※1回45分

相談方法：来館・オンライン（ZOOM）・電話

対象：働き方やしごとについて考えたい女性（川崎市内在住・在勤・在学者優先）

相談料：無料

場所：川崎市男女共同参画センター（すくらむ21）

最寄駅：JR 武蔵溝ノ口

<https://www.scrum21.or.jp/seminar/sc42947.html>

【精神科医による 女性のためのこころの相談】

日程：2/18（水）

相談時間：13:00～・14:15～・15:30～ ※1人約50分

対象：自身のこころの不調を精神科医（メンタルヘルスの専門家）に相談したい女性
（川崎市内在住・在勤・在学中の女性）

相談料：無料

申込先：女性のための総合相談（ハロー・ウィメンズ 110 番）

044-811-8600

備考：まずは、電話相談で女性相談員がこころの悩みに関するご相談をお伺いします。電話相談のあと、必要に応じて精神科医への対面相談のご予約をお取りします。相談料は無料ですが、申込の際に通話料がかかります。すでに心療内科・精神科で治療中の方は、できれば主治医にご相談のうえお電話ください。相談場所は、申込時にお伝えします。電話相談時間はホームページをご確認ください。

保育：あり（無料）

詳細：<https://www.scrum21.or.jp/seminar/sc44476.html>

イベント・セミナー

【「中国薬膳の五味五色と陰陽」（女性の健康週間）】

講座内容：

中国では、毎日の食事で病気を遠ざけ、体調を整えるという薬膳の知恵が暮らしに根づいています。その基本となるのが、旬を大切にする日本の食文化にも通じる「五味五色」の考え方です。本講座では、NHK「きょうの料理」などで活躍する料理研究家パン・ウェイさんを講師にむかえ、五味五色を軸に、季節や体調に合わせた食事法についてご紹介します。

日時：3/2（月）13:30～15:20

参加費：無料

保育：あり（440 円/1人）

申込：すくらむ 21HP の申込フォームより、(1) 会場での聴講（定員 20 名）または (2) 録画配信（定員 50 名）のどちらかを選んでお申込みください。どちらも先着順受付です。

お申込・詳細：<https://www.scrum21.or.jp/seminar/sc47194.html>

家事・子育て支援

【ひとり親家庭等日常生活支援事業（エンゼルパートナー制度）】

ひとり親家庭や寡婦の方で、病気、冠婚葬祭、出産、就職活動など、一時的な事由で日常の家事や保育ができない時に家庭生活支援員を派遣します。

https://kawasaki-boshicenter.com/child_rearing/

=====

【発行】

川崎市こども未来局児童家庭支援・虐待対策室 家庭支援担当

電話 044-200-2672

FAX 044-200-3638

【編集協力】

一般財団法人川崎市母子寡婦福祉協議会

住所 〒211-0067 川崎市中原区今井上町 1-34 和田ビル 2 階

川崎市母子・父子福祉センターサン・ライブ内

(最寄駅：JR 武蔵小杉)

電話 044-733-1166

FAX 044-733-8934

URL <https://www.boshikai-kawasaki.or.jp/>
