



# 2026 年度ほっとサロン シングルマザー・グループ相談会 in 主婦会館プラザエフ

子どものこと、仕事のこと、養育費や福祉手当、住まいのことや、各種制度の利用のしかた、わからないこと、困っていること、不安なこと、整理がつかない気持ちなど、ひとりで悩まずに同じ立場の方に話してみませんか？ シングルマザー同士で、知恵や経験を分かち合えます。

離婚前の相談や、これからシングルマザーになるかもしれない方もご参加いただけます。

対象	開催日（14：00～16：00）	保育
★シングルマザーの方 ★これからシングルマザーになるかもしれない方	2026年5月16日（土）、7月18日（土）、 9月19日（土）、11月21日（土）、 2026年1月16日（土）、3月20日（土）	あり

## 🌸 開催場所

住所：東京都千代田区六番町 15 （四ツ谷駅徒歩 2 分）  
主婦会館プラザエフ

## 🌸 参加費

無料 ※保育は有料（子ども 1 人につき 500 円）

## 🌸 ファシリテーター

資格と経験のある NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむスタッフ

## 🌸 保育申込

保育は開催日の 1 週間前までにお申し込みください。

対象年齢 6 ヶ月から 9 歳まで。定員になり次第締め切ります（先着順）。

※保育の定員は、お子さんの年齢によって変わります。



## お問合せ・お申込み

参加申込は1ヶ月前から(定員 8 名になり次第締め切り)

一般財団法人主婦会館 公益事業部

左の QR コードから申込みいただけます。

TEL：03-3265-8118 E-mail：soudan@plaza-f.or.jp

主催：NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ 共催：一般財団法人 主婦会館