

シングルママ・プレシングルママのための

シングルママフェスタ

えがおプロジェクト設立15周年記念

2025 年

11 月 9 日 (日) 13:30~16:10

富山県民共生センター
(富山市湊入船町6-7)

サンフォルテ

日々頑張っている
ママたちにこそ、
ぜひ参加してほしい



参加費無料
(要申込)
定員100名

第1部

講演「ひとり親と子どもの暮らし」

講師：木村 真佐枝 氏 (行政書士・公認心理師)

シングルママ・木村さんをお迎えして、ひとり親が「知っておきたい」支援制度や、キャリアアップにつながるヒントをわかりやすくお話しいただきます。



木村 真佐枝氏

第2部

講演「女性のこころとからだの健康 ～お母さんのゴキゲン、子どもの安心～」

講師：種部 恭子 氏 (産婦人科医師・富山県議会議員)

ひとり親家庭のお母さんは、とかく自分のことを後まわしにしてしまいがち。仕事、家事、子育てをひとりで担っているママたちが毎日を元気に、そしてゴキゲンに過ごすための「こころ」と「からだ」の整え方をお話しいただきます。



種部 恭子氏

—休憩—

第3部

ママカフェ

少人数のグループに分かれて、同じ経験をしたママたちと語り合いましょう!! 聴くだけ参加もOK!

—抽選会—

食品・日用品が
もれなくもらえる!

たのしいよ!
まっているね。



プレシングルママ、
子どもが巣立ったあとの
ママ也大歓迎!



お子さんをお
預かりします

こどもえんにち

パフォーマンスショー

くじ

ゲーム

絵本のプレゼント

主催 お問い合わせ：NPO法人えがおプロジェクト
egao.toyama@gmail.com



シングルママフェスタは、富山県の委託を受けて実施します