

託児付き

Nobody's Perfect プログラム

完璧な親なんていない!

～ NP講座 ～

「子育てって皆こんなに大変なの?」「こんな時どうしたらいいんだろう?」
と一人で悩むことはありませんか?
ほっと一息、お茶を飲み語らいながら自分にあった子育ての仕方を見つけませんか?

日程：全6回 時間：10:00～12:00 会場：元気館 2階会議室

回	日にち	内 容
1	10月31日(水)	*各回、参加者でテーマを決めて話し合います 【過去のテーマ】 ・しつけの悩みあれこれ ・夫婦で協力し合う子育て ・ストレス解消法 など
2	11月 7日(水)	
3	11月14日(水)	
4	11月21日(水)	
5	11月29日(木)	
6	12月 5日(水)	

コーヒータイムも
あります♪

参加者が子育ての悩みや知りたいことを皆で話し合いながら自分に合った子育てを学ぶプログラムです。カナダ生まれの子育て支援プログラム「Nobody's Perfect 完璧な親なんていない」をもとにファシリテーターという推進役がお手伝いします。

対 象： 1～3歳の子どもを持つお母さん（全回参加できる方）
定 員： 12人程度（はじめての方優先。定員を超えた場合は抽選）
参 加 費： 6回合わせて 600円（お茶代等）
託 児： 要予約（無料）
ファシリテーター：NPNC 認定ファシリテーター 星野紀美子 小山佐恵子
申し込み： 10月19日(金)までに電話または直接お申し込みください。

<参加された方の声>

子育ての悩みを話し合うことができ、とても楽しい時間でした

もっと力を抜いていいんだと、こころが軽くなりました



イラスト/おのであいこ

自分だけが悩んでいるんじゃないと分かり、気持ち楽になりました

【問合せ・申し込み先】

元気館子育て支援課 (栄町 18-26)
電話 20-4215 担当：前川