



# わたしのための 絵本の時間

おうち時間が増えている今日この頃…外に出たいけど、ちょっと不安を感じてしまう…  
いつにも増しての家事・育児に、ついガミガミ、イライラしてしまう毎日…  
そんな子育て中の皆さんへ、大人のための絵本の時間です♪  
絵本を通して、自分の子育てを見つめたり、子どもの個性を見直したりして、  
のんびり、ゆったり、まったりした、心が癒されるひとときです。



イラスト提供：ふわふわ。り



**日 時：令和2年7月17日（金）  
10時～11時30分**

**会 場：万代市民会館 4階 403・404大研修室**

※駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

**定 員：子育て中の方（優先）または興味のある方 10人**

※応募多数の場合は抽選

**講 師：立松 有美さん（子育て支援ファシリテーター）**

**参加費：無料**

**申込み：電話（246-7713）または、「かんたん申込み」（詳細は裏面へ）**

※申込締切は7月8日（水）まで

※保育はありません。生後6ヵ月前後で講座中、抱っこで過ごせるお子さんは一緒に参加できます。  
ご不明な点等ありましたら、ご相談ください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、マスク着用のご協力をお願いいたします。

なお、新型コロナウイルスの感染状況により、やむなく中止になる場合があります。



## \*講師紹介\*



### 立松 有美 (たてまつ ゆみ) さん

公民館や女性センター等で学習を重ね、子育て支援のためのグループで活動。  
現在 Assistation (子育て支援のためのワークショップや子育て情報誌の編集を活動とする) 代表

NPO 法人にいがた子育てステーション (ふじみ子ども食堂運営) 理事長、  
アンガーマネジメントファシリテーター、アンガーマネジメントキッズ  
インストラクタートレーナー、Nobody's Perfect 認定ファシリテーター、  
笑顔のコーチング認定ファシリテーター 他



## \*申し込み方法はこちら\*

【電話】025-246-7713

受付時間：月曜日～金曜日 8:30～17:30

7/8 (水) 締切

### 【かんたん申込み】



携帯から⇒右の二次元バーコードを読み取ると  
「かんたん申込み」画面につながります



PC から⇒新潟市役所 HP 内<アルザにいがた>→<新着情報>  
の講座募集情報から「かんたん申込み」画面につながります

アルザにいがた



### Twitter ♪やってみま〜す♪

←左記の二次元コードを読み込んで「アルザにいがた」のフォロー、リツイート、いいね等、  
よろしくおねがいします！ \講座情報等もお届けします/  
～職員の小さなモヤモヤやジェンダーについてのつぶやきも始めました♪～

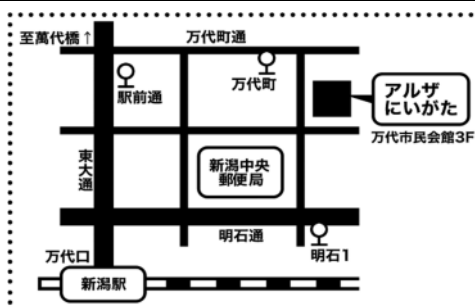
問い合わせ



〒950-0082  
新潟市中央区東万代 9-1 (万代市民会館 3F)  
TEL : 025-246-7713  
FAX : 025-246-8080  
E-mail : alza@city.niigata.lg.jp



アルザにいがた HP



◆新潟駅から徒歩7分。駐車  
場がありません。周辺の有料  
駐車場をご利用になるか公共  
交通機関でお越しください。