

いっしょに見つけよう自分にあった子育ての仕方

寝かしつけて
大変だよね、



こどもとどんな
遊びしてる？



なにかおすすめの
ストレス解消法ある？



たまには大人だけで
話したい！



完璧な親なんていない！

～Nobody's Perfect～

SNSや育児本では分らない悩みや気になること、大人だけでおしゃべりしてリフレッシュしませんか？

第1会期

6/10
スタート

5/24(日)締切

第2会期

11/11
スタート

10/25(日)締切

どちらも
毎週水曜日
10～12時
全6回講座

対象

概ね1～5歳の子を子育て中の方

詳細は裏面をチェック！

定員

各会期12名（応募多数の場合抽選）

会場

坂井輪健康センター（西区役所併設）

講師

NPプログラム 認定ファシリテーター

保育

あり（未就学児のみ）

参加費

無料

問合せ先

西区役所健康福祉課
こども支援担当



025-264-7343

お申込みはこちら



完璧な親なんていない！（通称 NPプログラム）とは??

同じような年ごろの子どもを持ち、共通の興味や関心をもつ人々と出会うことができる安心できる場を提供するプログラムです。グループでお互いの体験や不安を話し、交流し合う中で、自分にあった子育ての仕方を学びあいます。関心のあるテーマで楽しく学びながら、他の親とサポートしあえる関係を作ります。

第1会期

- ① 6月10日（水）
- ② 6月17日（水）
- ③ 6月24日（水）
- ④ 7月 1日（水）
- ⑤ 7月 8日（水）
- ⑥ 7月15日（水）

締切 5月24日（日）

第2会期

- ① 11月11日（水）
- ② 11月18日（水）
- ③ 11月25日（水）
- ④ 12月 2日（水）
- ⑤ 12月 9日（水）
- ⑥ 12月16日（水）

締切 10月25日（日）

「悩みを共有できる仲間に出会えた」との感想多数！
あなたも参加しませんか？



会場MAP

