

R6年度

ママのリフレッシュタイム

最近、なんだかもやもやする、疲れている、と感じることはありませんか？

自分のこと、子ども、夫や実家、友人関係、職場復帰のこと・・・

時には子どもと離れ、同じような気持ちのママたちと集まって、おしゃべりしてみませんか？

お子さんは、別室で保育士がお預かりします。



グループの進行は、ファシリテーターが行います。



4月	18		10月	3	17
5月	2	16	11月	7	21
6月	6	20	12月	5	19
7月	4	18	1月	★8	16
8月	1	15	2月	6	20
9月	5	19	3月	6	★19

会場：和泉保健センター

時間：午前 10 時～11 時 30 分

(託児受付は 9 時 45 分からです。)

※ ★の日程は、水曜日開催です。

※ 予約は不要です。

初めて参加の方は、持ち物などご説明しますのでご連絡ください。

* 託児用のオムツや飲み物(ミルク・水・お茶)等をひとまとめにしてお持ち下さい。

ベビーカーでお越しの方は、チェーンキーのご使用等で盗難や取り違え防止の工夫をお願いいたします。

【お問合せ】

和泉保健センター

TEL：03-3313-9331