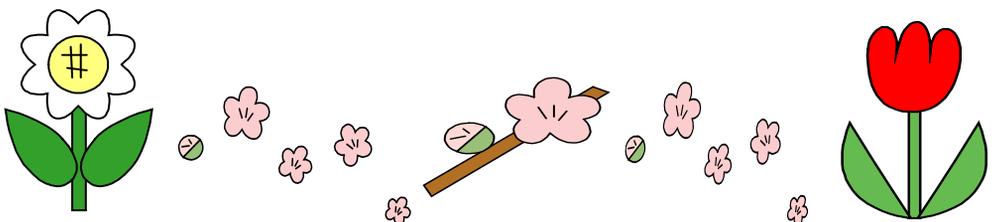


ママのための
カウンセリンググループです

ほっ とも
た い ん
への
お誘い

令和6年度

杉並区立荻窪保健センター





ほっとタイム

最近、気持ち 疲れていませんか？
子供のこと・自分のこと・夫や家族のこと・・・
そんな気持ちを他のママたちと
おしゃべりしてみませんか？

大切なお花に毎日水をあたえるように
あなた自身の気持ちにも栄養をあげましょう

お子さんは別室で保育士がお預かりします

ご参加希望の方はお電話ください

荻窪保健センター

電話 03-3391-0015

時間 10時～11時30分

会場 3階 3・4番診察室

託児 無料

- 当日はファシリテーターが進行します。
- ご希望の方は、まず地区担当保健師にご相談ください。
- 初回参加時のみ予約が必要です。
出欠・託児について当日前までにお電話ください。

令和6年度日程



4月 8 日 (月)	4月 22 日 (月)
5月 13 日 (月)	5月 27 日 (月)
6月 10 日 (月)	6月 24 日 (月)
7月 8 日 (月)	7月 22 日 (月)
8月 5 日 (月)	8月 26 日 (月)
9月 9 日 (月)	9月 30 日 (月)
10月 7 日 (月)	10月 28 日 (月)
11月 11 日 (月)	11月 25 日 (月)
12月 9 日 (月)	12月 23 日 (月)
	1月 20 日 (月)
2月 3 日 (月)	2月 17 日 (月)
3月 10 日 (月)	3月 24 日 (月)

●託児の持ち物



- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> 抱っこひも |
| <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> おむつ |
| <input type="checkbox"/> 飲み物 | <input type="checkbox"/> タオル |

※託児中の食事はできません。

※お手洗いを済ませてからお預けください。