

令和8年度

# ママのおしゃべり広場

なかなか友達には話しにくいことや  
モヤモヤしている気持ち  
話してスッキリしてみませんか？



対象

乳幼児を  
育児中の  
ママ

費用

無料

予約

電話で予約  
先着順  
(定員10名)

託児

無料  
別室で託児

持ち物

オムツ  
着替え  
飲み物等



杉並区HP: ママのためのグループカウンセリング

高井戸保健センター

📍 高井戸東3-20-3



03-3334-4304

令和8年度

# ママのおしゃべり広場

## 日程表

カウンセラーが  
進行しますので  
安心して  
お話しできます

いずれも金曜日

13:30～15:00（託児受付13:15～）

日付	
R8年4月10日	4月24日
5月8日	5月22日
6月12日	6月26日
7月10日	7月24日
8月7日	8月21日
9月11日	9月25日
10月9日	10月23日
11月13日	11月27日
12月11日	12月25日
R9年1月8日	1月22日
2月12日	2月26日
3月12日	3月26日