

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。



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