

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。♡

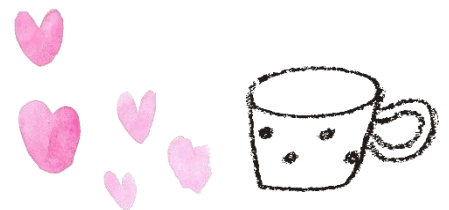
予約不要です！

4月	3	17	10月	2	16
5月	1	15	11月	6	20
6月	5	19	12月	4	18
7月	3	17	1月	15	29
8月	7	21	2月	5	19
9月	4	18	3月	5	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。)



※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】

杉並区立和泉保健センター

TEL：03-3313-9331