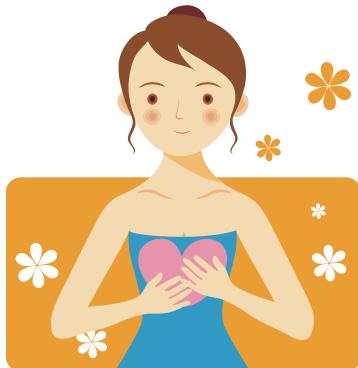


自分らしくいるために 私ができること

保育あり



自分をみとめ、子どももみとめ、
自分らしく生きる心の持ち方

思うようにいかない子育ての中、落ち込んだり、ストレスをかかえ
てイライラしてしまったり・・・

親同士、子ども同士の関係も難しい・・・そんな時の気持ちの整理
の仕方を探ります。なりたい自分に少しずつ近づくためのプログラム。

日程

11月6日、13日、20日（木・全3回）

6日（木） 私のことを知る

13日（木） 15年後も、子どもやパートナーと良い関係でいるために

20日（木） コミュニケーションの基本～ママ（パパ）友つきあいのコツ

時間

10：00～12：00

場所

生涯学習センターゆとろぎ 講座室1AB（2階）

講師

NPO法人エンツリー副理事長 **山本 智子さん**

（子育てアドバイザー、スター・ペアレンティングファシリテーター）

参加費

1,550円（受講料3回分1,500円・資料代50円）

対象

羽村市在住・在勤で小学生までのお子さんをお持ちの方

定員

16名（申込み多数の場合は抽選）

保育

定員8名・利用料500円（1歳半～未就学のお子さん、おやつ代含む）

申込み

10月29日（水）までに手続きをしてください。

往復はがきまたはゆとろぎ窓口で

・往復はがきの場合は、はがきに「住所・氏名・電話番号・年齢・一時保育希望の有無、『自分らしくいるために私ができること』受講希望」と明記して、

10月23日（木）[必着]までにゆとろぎへ郵送して下さい。

・窓口での申込みは、返信用の官製はがきを1枚お持ちください。

羽村市生涯学習センターゆとろぎ TEL042-570-0707

〒205-0003 羽村市緑ヶ丘1-11-5

主催：羽村市教育委員会

企画運営：ゆとろぎ協働事業運営市民の会

**親子の生活をたのしく
ゆとろぎママパパ講座**

この講座は市民の会・学習文化部会（ボランティアグループ）の企画運営です。
新たなメンバー募集中！！

