



一人で悩んでいるなら一緒に考えてみませんか？

ママ向け子育て応援講座 ～ NP(Nobody's Perfect)プログラム～

参加
無料

子育てに悩むママ同士、子どもと少し離れて話し合い、
自分にあった子育て方法を見つけませんか？
専門の講師が話し合いと交流をお手伝いして進めます。

NPプログラムは「完璧な親なんていない」というメッセージのもとに作られた、
カナダ生まれの親支援プログラムです。



- ・よその子がよく見えて・・・
- ・家事と子育て、どうしてるの？
- ・ストレス解消はどうしてるの？
- ・こんな気持ち 私だけ？
- ・ママ友とうまく付き合いたい



- ・悩んでいるのは私だけじゃないことがわかって安心した！
- ・家事や子育ての事、他にも色々な話が聞けて参考になった！
- ・子育てに前向きになれた！

<日時> 6/2、9、16、23、30、7/7、14

毎週火曜日・午前10時～12時

*原則7回全て参加できる方(単発講座ではありません)

<会場> さいわいプラザ

<対象> 2歳～5歳のお子さんをお持ちのお母さん

この講座は母子分離で行います。

<定員> 12名程度(参加多数の場合は抽選)

<講師> NP JAPAN認定ファシリテーター

草間真由美さん・本間初江さん

<締切> 5/12(火)まで

締切後、結果を通知します。

<申込方法> 右のQRコードを読み取り申込へ進んでください。

電話申し込みは、氏名、住所、電話番号、参加理由をお知らせください。

<問合せ> 長岡市こども家庭センター内 家庭児童相談室

TEL: 0258-39-7867



保育あり
要予約
生後6か月から



コーヒータイム
があります！

