

ママのための



# 自分力アップ講座

費用無料



～ノーバディーズパーフェクトプログラムに学ぶ～

ちょっと聞きたい！みんなのうちのこと。

例えば…「子どものしつけ」「他のママはどうやって子どもと接しているの？」「パパにも子育てを手伝ってほしいけど、どうしたらいい…？」「年齢が離れた方との人間関係」等々

保育スタッフもいます！みんなでゆっくり話しませんか♡



全3回の連続講座です！

日にち：3月10・17・31日(木)

時間：10時～12時

会場：舞岡柏尾地域ケアプラザ2階多目的ホール

講師：NP-Japan認定ファシリテーター  
坂田 裕子氏・森川夏子氏

対象

0～未就学児を子育て中のママ 8組

※可能な限り3回とも参加できる方

ノーバディーズパーフェクトプログラムとは…「完璧な親も完璧な子どももない。わたしたちにできるのは、最善を尽くすこと(NPテキスト ドメス出版より)」という考えに基づいたカナダ発祥の子育て支援プログラムです。

申込

2月7日(月)～  
☎045-827-0371  
にて受付

問い合わせ

横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ

☎045-827-0371 地域交流担当

