ママたちの おしゃべりタイム

ママだけでゆったりおしゃべりしてみませんか？
お子さんには保育があります。
みずベスタッフと臨床心理士の瀬川未佳さんがお手伝いします。

日時：連続３回　10：30～11：45

①6/1(水)

こどものこと

・どんな風にあそばせてる？
・お昼寝どうしてる？

②6/15(水)

家族のこと

・新しい生活様式って？
・家事分担どうしてる？

③6/29(水)

わたし時間

・じぶんの時間、つくれてる？
・ストレス発散方法は？

＊その他、自分の話したいことを自由に出して、みんなで一緒にかんがえましょう！

対象：2020 年４月～2021 年３月生まれの
お子さんとお母さん

☆全日程参加できる方を優先させていただきます。
☆以前にグループ懇談会に参加された方はご遠慮ください。

定員：４名程度

講師：瀬川未佳さん(臨床心理士)

申し込み：５月 11 日（水）～　先着順

電話にてお申し込みください。

※お子さんには保育があります。（きょうだいも可）