

令和7年度

ちょっと休憩

ゆっくり子育てBreak Time

ホッと一息

託児あり！



子育て中のみなさん！！毎日お疲れ様です！！
日々のお疲れや、お悩みからホッと一息つきませんか？



同じ悩みを持つ仲間と話をしてみませんか？



対象者 1歳から就学前までのお子さんをお持ちの保護者（各日定員15人）

時間 午前9時30分～11時

場所 市保健センターまたは市こども家庭センター

料金 無料

託児 各日先着10人（託児は生後3か月から）

お子様の必要なものは1つの袋にまとめてご持参ください

※お子様と来られる場合、託児が必須となります。

持参物 筆記用具、好きな飲み物

講師

公認心理師・保育士

新保 眞理 先生



テーマ

開催日



申込み開始日

『成長に応じた聴き方・伝え方のコツ』

～イヤイヤ期を乗り切る方法～

イヤイヤ期に入り、言うことを聞いてくれず、イライラしたり、対応に悩むことも多いかと思います。
イヤイヤ期を始め、こどもの発達段階について学び、
発達に応じた聴き方・伝え方を学んでみませんか？

5月29日（木）

4月1日（火）

9月26日（金）

8月1日（金）

1月28日（水）

12月1日（月）

『パパママのストレス対処方法を学ぼう！』

ストレスを抱えていると、なかなか落ち着いてお子さんと向き合うことは大変ですね。
子育て中のストレスのコントロールの方法について、
学んでみませんか？

7月30日（水）

6月2日（月）

11月20日（木）

10月1日（水）

2月27日（金）

1月5日（月）

【予約について】

母子モで予約してください。予約方法は裏面をご確認ください。

（アプリでの予約が難しい場合は電話での予約も可能です）



問合せ

防府市こども家庭センター（8時30分～17時15分）

TEL (0835) 24-8811 FAX (0835) 28-2511