

# 自分・子育て応援プログラム

## へのお誘い

毎日子育てや家事、地域や園の行事にお忙しいことと思います。

「子育てってむずかしい！」「叱ってばかりの子育てでしんどい・・・」とストレスを感じておられる方は多いのではないのでしょうか。そんな日常を振り返り、自分の良いところ、お子さんの強みを見つけていく講座を開催します。

今年度は、ストレスフルな皆さんへの癒しのプレゼントとして、下記の講演も計画しています。先生のお話でほっとして、講座では、他の保護者と共に考え共有することで、楽しい子育てのヒントが見つかると思います。ぜひご参加ください。



どなたでも  
参加できます

### 1 回目（講演）

日時：平成 29 年 9 月 19 日（火）

午前 10 時～12 時

講演「癒されていますか？あなたのこころとからだ」

日本原病院 医師 豊田 英嗣 先生

### 2・3 回目（講座）

日時：平成 29 年 10 月 25 日（水）・11 月 7 日（火）

午前 10 時～12 時

\*連続講座を予定していますので、出来るだけ2回ともご参加ください。

対象：幼児期・学齢期のお子さんを持つ保護者

定員：25名（定員になり次第、締め切りとします）

場所：いずれも すこやかこどもセンター 2階多目的ホール

申し込み：1 回目・・・9 月 14 日（木）まで

2・3 回目・・・10 月 18 日（水）までに

津山市療育センターへ

電話；32-2174 または

FAX；32-2175

3 回とも 託児あります  
定員（5名）になりしたい締め  
切らせていただきます。

＜ ご持参いただくもの ＞

オムツ、着替え用衣類

水筒（お茶等）、おやつ



### 参加申し込み用紙

参加者氏名	住所	電話番号	お子さんの年齢	託児の希望	参加される回に ○をしてください
					1 ・ 2 ・ 3
					1 ・ 2 ・ 3