

# 完ぺきな親なんていない

保育あり  
(生後58日以上)

参加費無料

## ノーバディーズ・パーフェクト

夫婦で協力して子育てしたいけど…。

とにかく、みんなと話がしたい!!

?

イライラする時って、  
どうしたらいいんだろう。

みんなどうやって  
一日を過ごしているの？



初めての子育ては楽しい反面、不安や迷いがつきものですね。

みんなでアイデアを出し合って、

「自分にあった子育てのしかた」を考えてみませんか？

お話が苦手な方でも大丈夫！

安心して過ごせるよう、ファシリテーター(進行役)

が見守り、進めます。



<内容> 参加者のみんなでお悩みや関心のあることを出し合って、話し合いのテーマを決めます。

・食事のこと・しつけについて・夫婦関係のこと・自分の時間について・あそび場 など

[日時] 10月28日・11月4日・11日・18日・25日・12月2日(全6回 木曜日)  
午前9時30分～11時30分

[会場] 講座会場 関町リサイクルセンター 3階 実習室1

保育会場 関区民センター 3階 リハーサル室

※11月4日は講座・保育ともに関町北地区区民館です

[対象] 練馬区在住で、0歳～3歳までのお子さんを子育て中の保護者(全回出席できる方)

[定員] 12名程度

[保育] 無料(生後58日以上) ※お子さんと一緒に講座を受けることはできません

※申し込み方法は裏面です

### <参加した皆さんの感想>

・いろいろな考えに触れることができ、自分だけの狭い考えを広げることができた。

・考えることの大事さを、改めて実感した。

・話すのが苦手でも不安だったが、フォローしてもらい楽しく参加できた。

・今まで頑張りすぎていたことに気づいた。ありのままの自分を受け入れようと思えた。

・他の人の工夫を取り入れながら、自信をもって育児をしていこうと思った。



**[お申込み]**

9月9日(木)～10月7日(木)まで

※電話または窓口でお申し込みください。

※応募者多数の場合は抽選になります。結果は22日までにお知らせします。

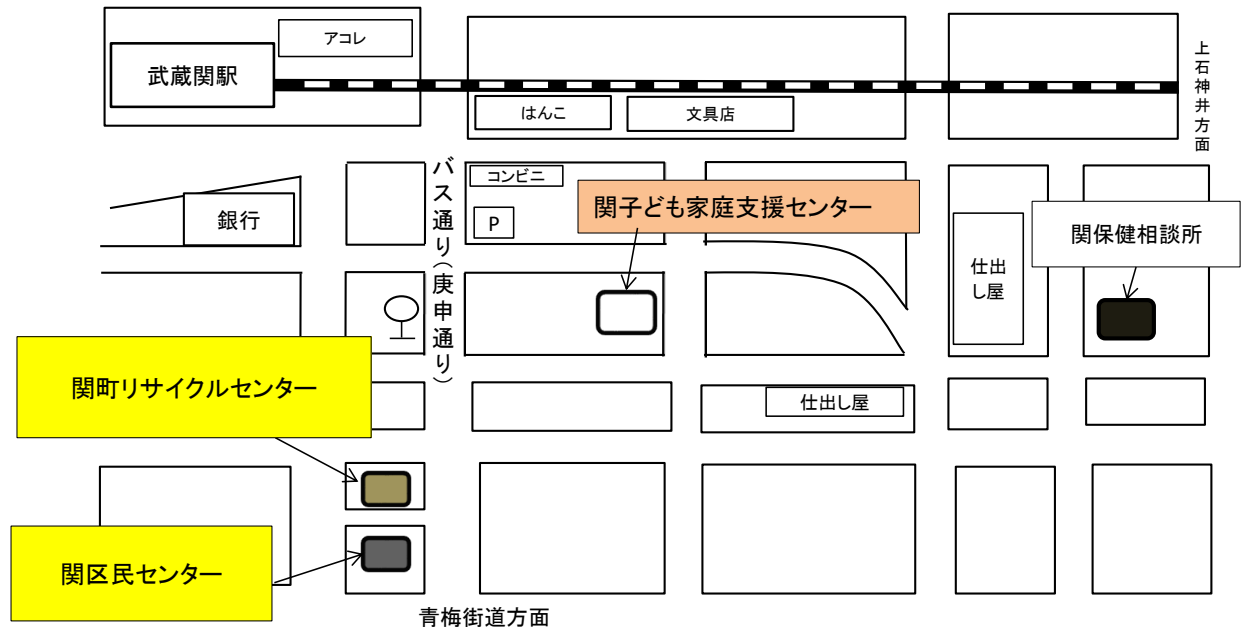
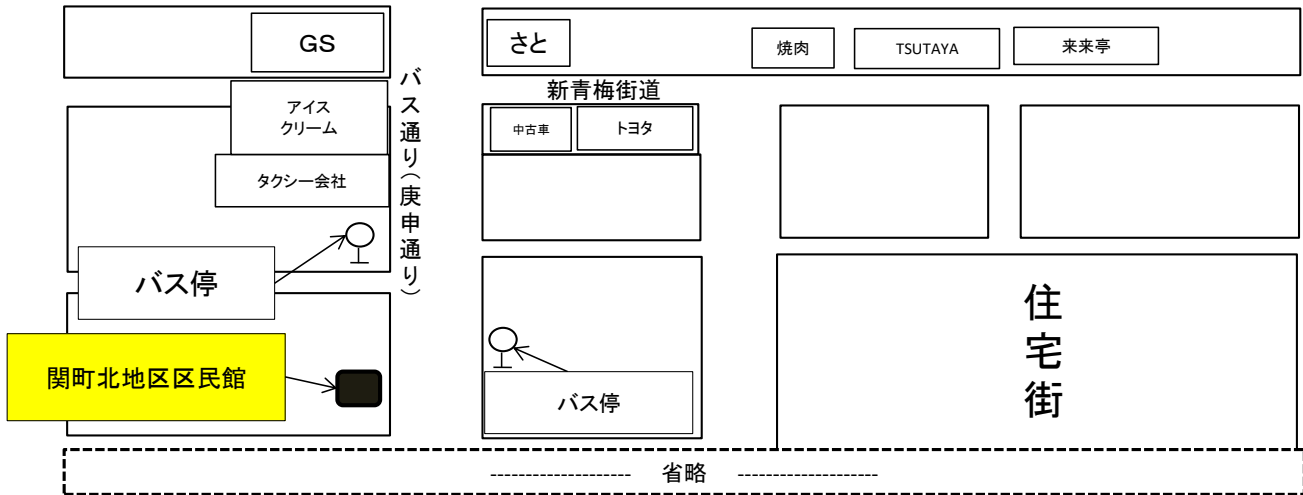
**[連絡先]**

練馬区立 関子ども家庭支援センター

練馬区関町北1-21-15 電話:03-5927-5911

月～土 9時～17時 (日・祝はお休みです)

富士街道方面



関町リサイクルセンター  
関区民センター  
関町北地区区民館

関町北1-7-14  
関町北1-7-2  
関町北4-12-21

