

# 明日が楽しくなるママの時間

## ～見つけよう！自分なりの子育て～

子育てでイライラしたり、ひとりになりたいと思ったり、こどもが将来うまく育ってくれるのか心配になったりするの、あなただけではありません。お互いの悩みや関心のあることをグループで話し合いながら、自分なりの子育てを見つけてみませんか？  
ファシリテーターが進行役としてお手伝いします。

日時：令和7年1月21日・28日・2月4日(火曜日) (全3回) 午前10時から正午  
会場：東糀谷児童館（裏面に地図あり）



回	日程	内容
1	1月21日(火)	午前10時から正午まで (1回目のみ午前9時45分開始)
2	1月28日(火)	1回目は・簡単なゲームでの自己紹介 ・話し合いのルールづくり ・話し合いたいテーマ決め など
3	2月4日(火)	

**対象**・大田区在住

- ・初めてのお子さん(第1子)が 1歳2か月～2歳4か月のお母さん  
(令和4年9月から令和5年11月生まれ)
- ・全3回参加できる方
- ・大田区でこのプログラムと6日制「完璧な親なんていない」に参加したことがない方



お子さんは保育スタッフが  
お預かり  
します。  
ご安心ください。



ホームページ

**募集人数** 10名

**保育人数** 10名(保育無料)

**申込み** 11月11日(月)午前9時～

定員になり次第締めきります

月曜日から金曜日に電話でお申込みください

**申込先** 東糀谷児童館 電話 3745-5155 (午前9時～午後5時)



ファシリテーター 草間 純子 & 黒澤 幸恵  
主催 大田区立東糀谷児童館



＝参加者の声(抜粋)＝

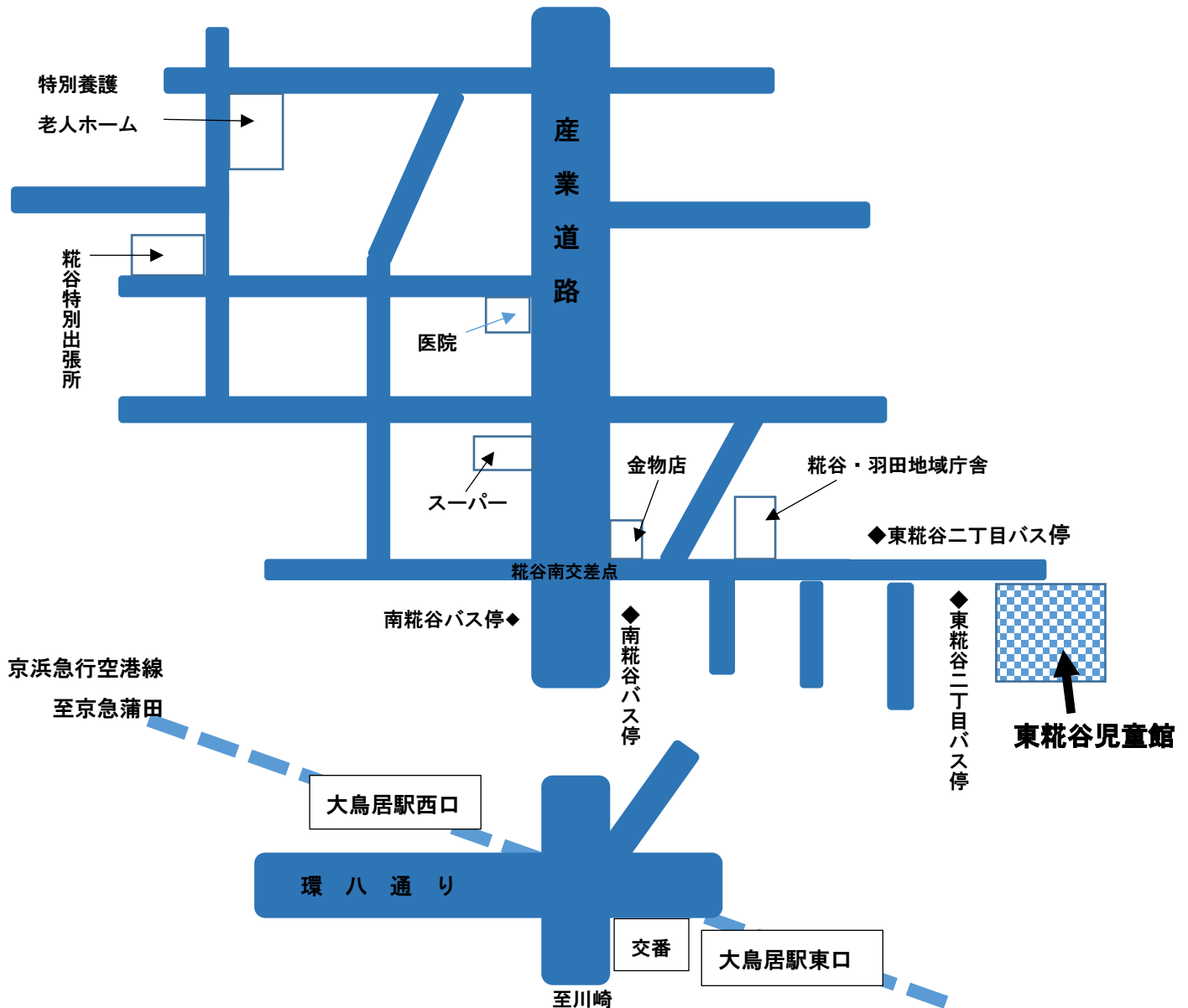
- \* 同じ年代の子どもを持つママと話すとはかり合えることが多く、気持ちが軽くなった。
- \* 自分の意見を言える時間ができてリフレッシュできた。
- \* 話のテーマを自分たちで決められたので良かった。
- \* 子どもと離れて自分を見つめなおすことができ、とても良かった。

保育付きで良かった。  
子どもも良い経験が  
できたと思う。

## 東糀谷児童館

大田区東糀谷 4-1-7

TEL・FAX 3745-5155



### ◇アクセス◇

\* 京浜急行空港線 大鳥居駅西口より 徒歩 15分

\* 京急バス JR 蒲田駅東口より 東糀谷六丁目行 東糀谷二丁目下車 徒歩 2分  
森ヶ崎行 南糀谷下車 徒歩 5分