



メンタルコーチ・カウンセラーによる

子育てサロン (無料)

スマイルハート

一人で頑張り過ぎてはいませんか？不安や悩みを一人で抱え込んではいませんか？子育て中のママでもあるメンタルコーチ・カウンセラーによるサロンですので、不安や悩みなどがあればどんな事でも相談したり、おしゃべりや情報交換をしたり、もちろんゆったりのおんびりするだけでも大歓迎です。ママが心にゆとりをもって笑顔になれる、そんなちょっと心が癒されるサロンを目指しています。これからママになられる方、現在子育てに頑張っている方など、お子様連れでも、お一人でも、何時からでも遠慮なく遊びにいらして下さいね。このサロンは比較的少人数ですしママ達がグループ化してしまう事ありませんので、大勢の仲間に入っていくのはちょっと苦手という方も安心してお気軽にどうぞ。笑顔でお待ちしています！

何事もプラスに変えて、今を楽しむ生き方をしてみませんか？

(※世田谷区社会福祉協議会の支援によるサロンですので安心です)



☆日 時 : 第1・第3水曜日 10:00~12:00

(但し、1月と4月の第1水曜日及び祝日の場合はお休み。

また、悪天候等により中止になることもありますのでご了承ください)

☆場 所 : 世田谷区経堂5-37-3 (小田急線 千歳船橋駅から徒歩約8分)

グループホームPAO KYODO (パオ キョウドウ) 内 1階和室 (約10畳)

☆内 容 : 悩み相談、おしゃべり、情報交換 ほか

心を育てる子育てのコツや上手なコミュニケーション術、^{しあわせ}幸福に生きるためのヒントなどが学べるミニミニ講座等

☆参加費 : 無料 *参加予約の必要もありませんので当日に直接会場へお越しください

★お問い合わせ★

世田谷区社会福祉協議会事務所

担 当 : 石本

TEL : 03-3419-2311

