

## みんなで考えよう！自分に合った子育て！

### ～Nobody's Perfectプログラム“完璧な親なんていない”～

#### 参加者募集

ほかのママは楽しそうに子どもと遊んでいるけど、どうやって遊べばいいのか分からない・・・



たまには自分の時間もほしい！！  
子どもと離れたって思うのはおかしいの？



Nobody's Perfect プログラムは、同年代の子どもを持つ親が、子育ての悩みや関心事を参加者同士で出し合い、話し合いながら自分に合った子育て方法を学ぶカナダ生まれの親支援プログラムです。「子育てに関する不安」や「家族関係の悩み」、「ママ友達の悩み」・・・誰もがたくさんの悩みや不安を抱えながら、日々過ごしています。

託児付きなので、みなさんでゆっくり話し合ってみませんか？  
みんな集まれば、アイデアもいっぱい！！自分に合った解決策が見つかるかもしれません。  
当日は、ファシリテーター（進行役）がお手伝いをいたします。

日時：令和5年 1月17日（火）～ 2月21日（火）（6回連続講座）  
全日 午前10時～12時（託児を希望される場合は、10分前にお越しください）

回	日程	内容	会場
1	1月17日（火）	●お互いを知りあうワーク ●話し合いのルールづくり ●子育てに関する悩みや不安 ・・・子ども・家族・自分自身など。	新宿区立子ども総合センター 新宿区新宿7-3-29 (03)3232-0695
2	1月24日（火）		
3	1月31日（火）		
4	2月 7日（火）		
5	2月14日（火）		
6	2月21日（火）		

進行：子ども総合センター職員（NPファシリテーター）2名

対象★ 新宿区在住で6か月～未就学のお子様を子育て中の保護者  
※全6回出席できる方

定員★ 8名（託児あり）  
※定員になり次第締め切らせていただきます。

費用★ 講座・託児とも無料

会場★ 子ども総合センター 3階 研修室

### 託児について

<託児について> 講座中は、職員と託児スタッフがお子様をお預かりいたします。託児室は子ども総合センター内です。ご利用には事前の申し込みが必要となりますので、お申し込みの際「託児希望」とお伝えください。  
また、託児ご利用の方は、受入れのため講座開始の10分前までにお越しください。  
託児の持ち物：おむつ・着替え一組と水分補給用の飲み物（白湯やお茶類）・お昼寝用バスタオル  
※2歳以上のお子様はマスク着用のご協力をお願いいたします。

<コロナ対策> 37.5度以上の発熱等がある場合、参加することができません。  
来館時はマスク着用のご協力をお願いいたします。  
また消毒・検温・体調の聞き取りをさせていただきますので、ご協力をお願いいたします。

### 申し込み期間：令和4年12月1日（木）～令和5年1月6日（金）

申し込み受付時間：平日9時30分～18時（土日祝を除く） 定員になり次第締め切らせて頂きます。  
下記の電話番号へ氏名・年齢・住所・電話番号、託児が必要なお子様の氏名と年齢をお伝えください。

\* 問い合わせ・申し込み受付電話 03-3232-0695 FAX 03-3232-0666  
(子ども総合センター 子育て支援係)