

完璧な親  
なんていない

子育ての不安&疑問を解消し  
ちょっぴり心が楽になる  
プログラムです

# ノーバディズ・パーフェクト Nobody's Perfect



今、それぞれ抱えている悩みや関心ごとを出し合い、『自分に合った子育て』について考える場です。皆さんが安心して参加できるようにノーバディズ・パーフェクト・ジャパン認定のファシリテーターと呼ばれる進行役がお手伝いします。

- ・離乳食全然食べてくれないな…
- ・自分の時間がなかなかとれないな～
- ・育児の協力者とは、どんな役割分担ができるんだろう…
- ・ベビーシッターや保育園、利用したいけどよく分からないな…



みんなはどうしているの？  
だれかに聞いてみたい！

## 【参加者の感想】

自分だけじゃなくて、実はみんなも同じように悩んでいて安心した

「夫と二人で話をする時間を作るようになった」

「託児があるので、子どもと離れて自分の時間があるのが、リフレッシュになった」

「ここで出会った参加者と友達になれた」



## 託児があります！

講座の間、お子様を別室でお預かりします。お子さんにとっても素敵な経験になりますよ！（対象：6か月～3歳11か月）

## 申込みは…

各子ども家庭支援センター窓口または下記の二次元コードにアクセスしてお申込みください。

(期間)

**4月21日(火)～5月19日(火)**

参加決定については、抽選後5月24日(日)までに郵送にてお知らせします。



## 日程

5/26、6/2、6/9、6/16、6/23、6/30  
毎週火曜日 13:30～15:30

## 会場

台東子ども家庭支援センター  
台東区台東1-25-5  
台東複合施設いきいきプラザ



## 対象

- ・区内在住の6か月～3歳11か月(講座初日時点)のお子さんがある保護者
- ・全6回参加できる方
- ・初めて参加をされる方

## 定員

12名 ※申し込み多数の場合は抽選

## 参加費

無料！！