



体を整える
リラックス法も紹介 /

子どもも楽しめる
託児あります /

聞いてみよう！話してみよう！

なんとなく気になっていること...

ちょっと！立ち止まってみませんか？

暮らしの中でなんとなく気になっていること・知りたいこと・感じていることを講師とともに、考えてみよう！身近なテーマで気楽に話しましょう！

生後2か月の赤ちゃんから小学校入学前のお子さんを対象に、子どもも楽しめる託児を用意しました。子どもだけでなく自分自身も育てましょう。

毎回、講座の最後に体を整えるリラックス法を行います。楽しみにしててくださいね。

開催日	テーマ	講師
第1回 令和2年9月11日 (金)	「母と娘」 ～なぜか気をつかってしまう～	元 山梨県立大学教授 百々雅子
	自己紹介・フリートーク	NPO 法人くすくす理事長 安田典子
第2回 令和2年9月18日 (金)	「わたしたちの暮らしと財政」 ～身近なところから考えよう～	岐阜協立大学准教授 藤井えりの
	フリートーク	NPO 法人くすくす理事長 安田典子
第3回 令和2年9月25日 (金)	「ちゃんと眠れている？」 ～睡眠時間が足りない！！～	元 山梨県立大学教授 百々雅子
	フリートーク	NPO 法人くすくす理事長 安田典子

時間：午前10:00～12:00

会場：ハートリンクおおがき研修室

(大垣市室本町 5 丁目 51 番地 スイトピアセンター学習館 1F)

託児会場はスイトピアセンター学習館 4F 幼児活動室

対象：子育て中の人

定員：各回15名 (託児8名) 先着順

【予約フォーム】

受講料：無料 (託児希望者のみ保険代として200円/回)

申込み：右のQRコードからお申し込みください。(8/21より受付開始)

お問合せ先：NPO 法人くすくす(0584-82-5113)



※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、講座の内容変更や中止となる場合がありますのでご了承ください。

主催：大垣市 企画・運営：NPO 法人くすくす

