

令和3年度

# ほのほの親子教室

子育てで真っ最中…ほっと一息つきましょう

子育ての大変さや家族との関わりなどで悩んでいるお母さん方が、精神科医師や公認心理師に気軽に相談できる場です。お子様は別室で託児しますので、ゆっくり話すことができます。ミニ講座がある日もありますので、裏面の日時・会場・内容等をご参照ください。

## 教室に参加してみた感想

子どもと2人であることが多くてストレスで心がパンパンに膨れ上がっていました。教室でつらい気持ち聞いてもらってスッキリしました。

口だけ出して手伝ってくれない家族に腹が立っていました。協力してもらえる上手な言い方、タイミングをアドバイスされ、気持ちがほぐれました。

上の子がイヤイヤばかり言い、手がかかる。下の子ども見ないといけない…イライラする。みんなそうだよと聞いて、ほっとしました。

個別相談は、事前予約が必要です。ご希望の方は、申し込み先までご連絡ください。

スタッフの方の相談もお受けします！



【お申込み・お問い合わせ先】

福井県丹南健康福祉センター（鯖江）

TEL 0778-51-0034

福井県丹南健康福祉センター武生福祉保健部

TEL 0778-22-4135

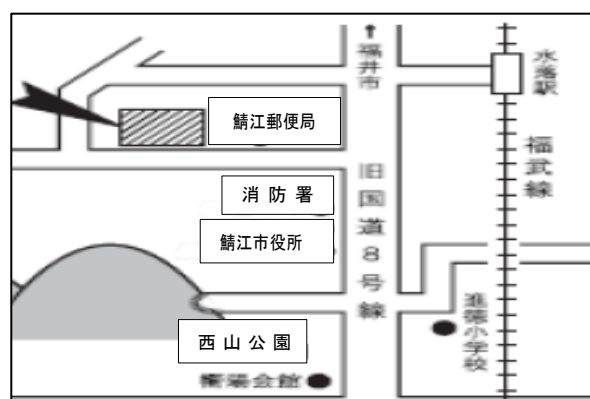
## <令和3年度 開催日程>

月日	時間	会場	内容	精神科医師 相談日	
4月	8(木)	10:00~11:30	今庄子育て支援センターわかば	個別相談	
	15(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
5月	6(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(武生)	個別相談	○
	20(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
6月	3(木)	10:00~11:30	地域子育て支援センター「フォルマシオン」	個別相談	
	17(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
7月	1(木)	10:00~11:30	地域子育て支援センター「一陽」	ミニ講座「私のイライラ解決法」・ 個別相談	
	15(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	○
8月	5(木)	10:00~11:30	南条子育て支援センター	ミニ講座「私のイライラ解決法」・ 個別相談	
	19(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
9月	2(木)	10:00~11:30	地域子育て支援センター「フォルマシオン」	個別相談	
	16(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
10月	7(木)	10:00~11:30	地域子育て支援センター「一陽」	個別相談	
	21(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
11月	4(木)	10:00~11:30	池田町子育て支援センター	個別相談	
	18(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	○
12月	2(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(武生)	個別相談	○
	16(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
1月	13(木)	10:00~11:30	地域子育て支援センターいまだて	個別相談	
	20(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	
2月	3(木)	10:00~11:30	南条子育て支援センター	個別相談	
	17(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	○
3月	3(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(武生)	個別相談	○
	17(木)	14:00~15:30	丹南健康福祉センター(鯖江)	個別相談	

※精神科医師の相談日は、○印のみです。その他の相談日は、公認心理師、保健師、家庭児童相談員への相談を受け付けております。

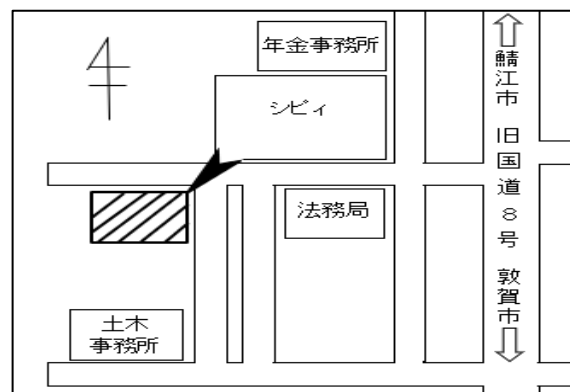
## <地 図>

【丹南健康福祉センター鯖江】



鯖江市水落町1丁目2-25

【丹南健康福祉センター武生福祉保健部】



越前市上太田町41-5福井県南越合同庁舎1階