



／ 親子のほっとサロン ／



ママとパパのための

ア ン ガ ー コ ン ト ロ ー ル
講 座 参 加 無 料 託 児 あ り

7.8 火 10:00 - 11:30

会 場

明日都浜大津4F ふれあいプラザ 視聴覚室
(大津市浜大津四丁目1-1 / 京阪電車「びわ湖浜大津」駅下車すぐ)

この講座で学べること

日々家事、育児、仕事等で慌ただしく過ごしていると、ついイライラして子どもに感情をぶつけてしまう…こんな悩みをお持ちではありませんか？感情を客観的に捉えコントロールする方法を学び、日々のストレスを軽減し、夫婦関係や親子関係がより良いものとなるヒントを得られる講座です。

対 象

子育て中の
市内在住・在勤の方
(0-3歳児を育児中の方推奨)

*1歳以上～未就学児の託児あり

定 員

先着20名

講 師

奥平 ちひろさん

Japan Journaling
Association® 代表



申 込 み

大津市電子申請サービス

二次元コードにて
6/1(日)から受付

