

しあわせ♡未来予想図

5回シリーズ

託児
無料

しあわせなハズの結婚・出産・子育て
でも、なんだかモヤモヤして気が晴れないのはなぜ？
講義の中で、モヤモヤの正体を知りましょう。
そして、参加者同士のトークの中で、自分と周囲の関係を見つめなおし
自分らしい生き方を探りましょう。
きっと笑顔になって一歩踏み出せる講座です。

第1回 あなたはモヤモヤ、イライラしてる？

2013年 5月17日 金 10:00~12:30

第2回 6/21(金) 第3回 7/19(金) 第4回 8/30(金) 第5回 9/20(金)

<講座テーマ>

母親が自分らしく生きることを考える

第1回「あなたはモヤモヤ、イライラしてる？」

第2回「自分らしく生きるって？」

第3回「“子どもの自立と母親の自立は同時
進行”のワケは？」

第4回「あなたの夫はベストパートナー？」

第5回「なりたい自分はどんな自分？」

～しあわせな未来はココから～

講師 佐藤 恵子さん
(青森県立保健大学教授)



講義の後は、お茶を飲みながら
グループで話し合いをします。

会 場	弘前市土手町分庁舎(5月～7月) 弘前市大字土手町 154-1 弘前市立病院傍 HIRORO(8月～9月) 弘前市大字駅前町 9-20 旧ジョッパル
対 象	乳幼児を子育て中の女性 (基本的に全講座参加できる方)
定 員	15名(先着)
参加費	無料
申 込	Eメール、FAX、電話でお申し込みください

こちらからもお
申込できます。

