

ノーバティーズ・パーフェクト プログラム

(完璧な親なんていない)



みんなでおしゃべりしながら

自分にあった子育ての仕方を探してみましょう♪

日 程： 全6回(連続講座) いずれも10時~12時

日 程	内 容
9月17日(水)	みなさんで話したいことを出し合ってテーマを決めます。
24日(水)	たとえば・・・
10月1日(水)	・子どものお出かけスポット
8日(水)	・イライラ・ストレス、どうしていますか
15日(水)	・自分の時間をつくるには
22日(水)	・夫や家族について
	・子どもの心と発達について ・食について ・躰について 等

気軽に
参加してください



★ Nobody's perfect NP-J 認定ファシリテーターが話し合いのお手伝いをします。

【会 場】 中央公民館 講座：4-2 託児：体育室

【対 象】 0~3歳の子どもを育てている親

【定 員】 講座：12名 / 託児：18名 (定員を超えた場合には、初めてのお子さんを育てて見える方を優先いたします)

【参加費】 無料

【申込方法】 右に記載された二次元コードを読み込んで入力



又は、電話にて申し込みください

令和7年9月12日(金) (締め切り)

※アプリによっては読み込めない場合もあります

【問合せ先】 中津川市役所本町分庁舎1F(中央公民館1F) 担当 新田・小川

(主 催) 中津川市役所生涯学習スポーツ課 0573-66-1111(内線4309)

ノーバティーズ パーフェクト プログラムについて

このプログラムは子育ての仲間と知り合い、安心して話し合える場を提供します。講師の話を一方向的に聴くのではなく、自分たちの悩みや関心のあることを出し合って話したり聴いたりする中で、自分にあった子育てを学んでいくものです。みなさんが安心して参加し、楽しくプログラムが進行できるように、ファシリテーターという進行役が講座のお手伝いをします。

