



ママのしゃべり場

- 【対象者】 ひとり親のママ
- 【場所】 ジョイナス.ナゴヤ
- 【時間】 16:00~17:30
- 【定員】 8名(予約制・先着順)
- 【託児】 あり(予約制)

*託児は開催日の2日前の13時までにご予約ください

ひとり親でなければ分からないことを
安心して話せる場所です。
シングルママ同士 情報交換しませんか？



その後みんなで
話し合います

ミニ講座 “家事ラク・時短セミナー”

講師：上田 伸美 (のぶみ) 氏

一般社団法人ライフクリエイティブ協会代表理事。ジェニモ株式会社代表取締役。大手ハウスメーカーのセミナーはじめ企業の人材育成、学校での教育関連セミナーなど子育て応援活動などにも積極的に取り組んでいます。現在も一般家庭はじめ企業様のかたづけ・そうじ活動に日々走り回っています。

“かたづけ・そうじ編”

毎日の家事に取り入れることで、子どもと過ごす時間が増え、自分の時間を持つことにつながります。時間・ところ・空間にゆとりを生み出す時短術です。

この日はパパも参加できます

① **6/24(土)**

“日々の節約編”

物価も光熱費も上がり続ける中、日々の暮らしに無理なく続けられる節約のアイデアをお伝えします。

この日はパパも参加できます

③ **11/11(土)**

“障害のある子と生きる”

障害のあるお子さんをお持ちの方対象です。

心の内を、はなして・聴いて

ぜひ情報交換してみてください。

臨床心理士が同席します

② **10/21(土)**

“死別の悲しみを越えて”

パートナーと死別された方が対象です。

子どもへの伝え方はどうする？義理の両親との関係は？胸の内を話してみませんか？

臨床心理士が同席します

2024年

④ **1/20(土)**

