

# 難病をもつ 子育て中の お母さんのつと

～予約制～

子育て中の悩みについて、同じ立場のお母さん同士で語り合う会を開催します。  
2日目は、リラクゼーションも企画しています。  
ぜひご参加ください。 プライバシーは厳守いたします。

対象者： 子育て中の指定難病で治療されているお母さん  
(妊娠中の方も参加可能です)

会場： 中区役所3階 中保健センター多目的室  
(市営地下鉄「栄」駅下車 12番出口東へ徒歩1分)  
先着10名程度

\*マスク着用でお越しください。検温・体調確認を実施させていただきます。  
\*感染症の状況により、中止や変更となる場合がございます。

## 【1日目】

日時： 令和4年 7月15日(金) 午前10時～11時30分  
(受付：午前9時45分～10時)

内容： ワークショップ  
日頃の思いをみんなで語り合いましょう。  
何かヒントになることが見つかるかもしれません。

【講師】 臨床心理士 神谷 真子 先生

## 【2日目】

日時： 令和4年 12月5日(月) 午前10時～11時30分  
(受付：午前9時45分～10時)

内容： リラクゼーション  
心身をほぐし、安らぎのひとときを。  
日頃の疲れを癒しませんか。

【講師】 体育指導員 安田いづみ先生



(お申込・お問い合わせ先)  
中保健センター 保健看護担当  
電話 (052) 265-2263  
FAX (052) 265-2259

