

完璧な親なんていない！

ノーバディーズ・パーフェクト

子育ての不安や迷いはだれもが感じるもの。
同年代のお子さんを育てている人と交流し、
あなたらしい子育てを見つけませんか？

ノーバディーズ・パーフェクトは、カナダで発案された育児支援プログラムです。親が自分の長所に気づき、お子さんを育てる前向きな方法を見つけられるよう、参加者同士で話し合いながら自分に合った子育ての仕方を学びます。食事での困りごと・自分の時間の使い方・夫(妻)についてなどなど・各回の話し合いのテーマは、参加する皆さんで決めていきます！ *全4回の連続コースです*

対象 区内在住の生後3か月～3歳(4歳の誕生日の1日前)のお子さんがいる保護者 ※講座初回開始時点での年齢
※各家庭から原則1名のみ参加可能

定員 20名(先着順)
※申込期間最終日の17時に定員の余裕があれば、過去に参加いただいた方・全回参加できない方も参加可能です。

講師 ノーバディーズ・パーフェクト日本センター認定ファシリテーター
(臨床心理士他)

費用 無料

託児 生後3か月～6歳(就学前)のお子さんが対象【要予約・無料】
※申込期間最終日以降の保育の申込については、保育申込状況によってはお断りする場合がございます。

講座年間
スケジュール
と申込方法は
裏面へ

参加者の感想

- ・他のママの経験談がとても役立った。
- ・近所のママと知り合い、情報交換ができた。
- ・子育てで悩んでいるのは自分だけじゃないとわかり、安心した。
- ・子どもを預けて、ゆっくり話すことができた。

講座年間スケジュール

	日程		曜日	時間	会場	対象年齢の 生年月日
第1期	①5月28日	③6月11日	火	10:00~ 12:00	グローバル キッズ飯田橋 学童クラブ	2020.5.29~ 2024.2.28
	②6月4日	④6月18日				
申込期間：4月22日～5月21日						
第2期	①9月3日	④9月17日	火	10:00~ 12:00	いずみこど もプラザ	2020.9.4~ 2024.6.3
	②9月10日	⑤9月24日				
申込期間：7月22日～8月27日						
第3期	①1月22日	④2月5日	水	10:00~ 12:00	一番町 児童館	2021.1.23~ 2024.10.22
	②1月29日	⑤2月12日				
申込期間：12月20日～1月15日						

申込方法

千代田区ポータルサイトからお申し込みください。

定員に余裕があれば、ポータルサイトでの申込期間終了後も各開催児童館（電話または来所）にて開催日前日まで申込可能です。

各開催児童館へ、直接お問合せください。（平日9:00～17:00）



千代田区ポータルサイトはこちらから
「親と子」で検索🔍
※登録が必要です。



お問合せ

第1期	グローバルキッズ 飯田橋学童クラブ	03(3556) 3331	富士見2-14-36 富士見ウエスト4階 <small>※GK飯田橋保育園とは別の階です。 ※GK飯田橋こども園（富士見イースト）とは別の建物です（隣接）。</small>
第2期	いずみこどもプラザ	03(3865) 1461	神田和泉町1ちよだパーク サイドプラザ6階
第3期	一番町児童館	03(3230) 0866	一番町10

* 申込期間最終日17時に申込者が6名未満の場合は中止になります。

また、都合により開催方法等を変更する場合があります。

あらかじめご了承ください。