

感情的にならない 子育て

※体験型トレーニングもあります！

自律神経を整える、腹式呼吸・ボイス
トレーニングを体験して、ストレスを
解消しましょう

子どもと笑顔で過ごしたいと思っても、
つい目の前の我が子にイライラして厳しくし
かってしまうことはありませんか？
忙しい毎日でも、気持ちを整えるポイントを
お話します。



会場

金沢市 長土堀青少年交流センター

(3階・学習室2)

石川県金沢市長町3丁目3-3

- 時 間 ● 10:00～11:30
(受付開始9:40より)
- 受講定員 ● 15名(申込み順/要・予約)
- 受講料 ● 500円
- 保育料 ● 500円/名

※保育が必要な場合は、事前にご相談ください

〈申込み先〉

QRコードより
お申込みください



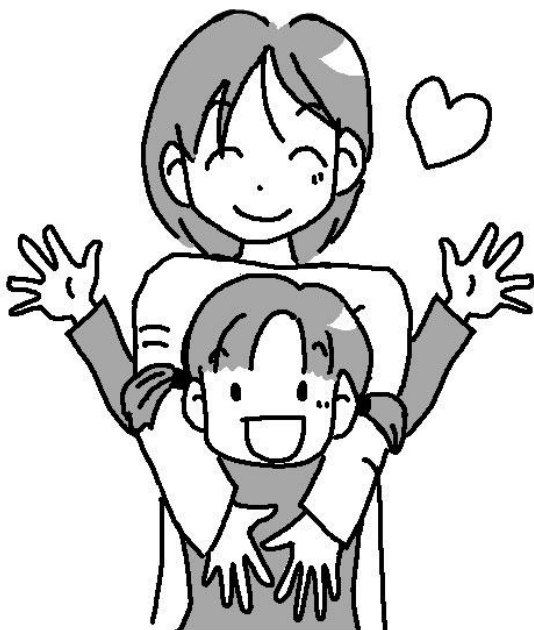
〈問合せ先〉

TEL 森下 090-9449-1686

市川 090-8337-7056

※折り返しのご連絡となる場合がございます。

メール ishikawa@schole.org



主催：  公益社団法人 スコーレ家庭教育振興協会 石川地区実行委員会

<https://schole.org/>

スコーレ協会は生涯学習活動を全国的に展開している、内閣総理大臣が認定した公益法人です。