

# ココロときめく ☆ごほうび講座

～今のワタシがもっと好きになる～

子育ては楽しいと思いつつも、なんだか心がモヤモヤ・イライラすることありませんか？  
母として、妻としての忙しい日常からちょっと離れて、今のワタシが好きになるヒントが  
いっぱい講座です。保育付きもうれしいですね。



**5月11日(金)開講。**

## 日時

5/11・6/8  
10・12時  
毎金曜日開催  
5回連続講座

## 保育

あり・要申込  
10人まで  
(1歳～未就学児)  
保育締切：5/1

参加費  
**無料**

## 会場

中央公民館  
学習室

富岡1-1-3  
ショッピングプラザ  
鎌ヶ谷3階

## 対象

子育て中の女性  
20人  
(申込先着順)

## 申込

電話・メール  
FAXにて受付

申込詳細は裏面  
をご覧ください

● 講座スケジュールは裏面を参照



男女センター  
WEBサイトへ

やがて  
故郷に  
変わる街

鎌ヶ谷