

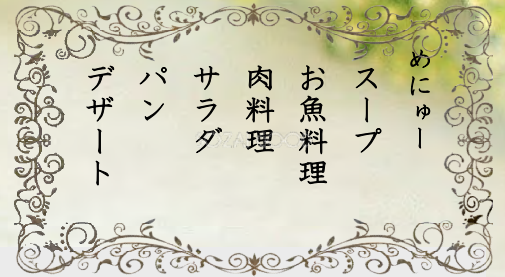
# あなたが10倍笑顔になる 「育児＝育自」セミナー

子育てママ、パパのための4回シリーズのセミナーです。家族で幸せな人生を送るために、楽しい料理やワークショップをしながら私のHAPPY LIFEを描いていきましょう。

皆さま、誘い合って、ご参加ください。

- 日時：① 11月11日(土) 10:00～13:00  
② 11月15日(水) 10:00～12:00  
③ 11月29日(水) 10:00～12:00  
④ 12月13日(水) 10:00～12:00

- 内容：① 気軽にフランス風クリスマスランチ  
② セルフイメージが子どもの将来を決定づける  
③ WORLD CAFE  
～会話の量が子どもとの日常を楽しくする～  
④ 子ども、家族そして私のHAPPY LIFEを描く



対象：乳幼児をもつ保護者

定員：① 20名、②・③・④ 16名

※託児あります。(満1歳以上のお子様。満1歳未満のお子様は、ご相談ください。)

講師：① フランス大使館ホテルオークラ東京元シェフ  
小宅 一夫氏  
②、③、④ 人材育成コンサルタント  
盛矢 澄香氏

参加費：① 800円(材料代)、②・③・④ 全回とも、150円(お菓子代)

持参物：① エプロン、ふきん、筆記用具  
②・③・④ (全回とも飲み物(ペットボトル)、筆記用具)

申込：お電話か直接公民館へ。締切日以降のキャンセルについては、準備の都合上、参加費をお返しできませんので、ご了承ください。

締切：① 11/6(月) 17:00まで ②・③・④ 11/13(月) 17:00まで

共催：親子サークルにこにこひろば