

子育て中の

# もやもやイライラ

別室  
託児付  
無料

予約制

## 一人で抱えず 話に来ませんか？

同じように  
子育てしている  
人と話したい

笑顔で  
接したいのに  
つい怒っちゃう

少しの時間で  
いいから子ども  
と離れたい…

他の方の話を聞いたり、自分の思いを話したりすると  
心が楽になるかもしれません・・・



## つぶやきの場 「オアシス」



【令和7年度 開催日程】

4月	23日
5月	28日
6月	25日
7月	23日
8月	27日
9月	24日
10月	22日
11月	26日
12月	24日
1月	28日
2月	25日
3月	26日 (木)

🌱 開催日：原則 毎月第4水曜日

🌱 時間：10:00～11:30

🌱 会場：南区役所4階 多目的室

🌱 対象者：就学前のお子様を子育て中の方

🌱 持ち物：託児に必要なもの

〔オムツ ミルク お子様の水分  
抱っこひも（普段抱っこひもをお使いの方）等〕

参加者の声



・他のママも同じように悩んでいることがわかって、気が楽になった。  
・子どもを見てもらっていたので、安心して話すことができた。

参加希望の方はご連絡ください

🌿 オアシスの他、心理士の個別相談もあります。詳細はお問い合わせください。

【お申込み・お問合せ】 南区福祉保健センター（南区役所2階） こども家庭支援課  
TEL: 341-1151 FAX: 341-1145