

ママのための傾聴ボランティア

@らくぜん親子カフェ

子育ては人生における大仕事。
ママは一生懸命やっています。
でもね、子育ては悩み多きもの。
一人じゃ大変だし、
家にこもりがちになったり、
戸惑う事もたくさんありますよね。
そんな心のうちを
気軽に話してみませんか。
話していくうちに気持ちが整理されたり、
心が少し軽くなったりする事もあるでしょう。

「育児の大変さは想像以上だった」
「理想の母親像と程遠い自分に自信が持てない」
「社会から取り残されている感じがする」
「孤独を感じている」
「たまには子供以外の誰かとおしゃべりしたい」
「モラ一一杯一杯、ともかく話を聞いて欲しい!」
「このままの自分でいいのか不安」
「周りに大変さを理解してもらえない」
「家族との関係がうまくいかない」
「これから仕事と育児のバランスが心配」
「人と繋がりたいけど、人付き合いが苦手で踏み出せない」
などなど、..

お話しされた内容、個人情報口外せず秘密は厳守いたします。
子育てには、ママの心の安定が何より大切。
子供のことを思っている、それだけで十分すごいことなのです。
少しでも、そんなママたちの助けになれますように。
ママでなくても、傾聴を必要とされる方はぜひどうぞ。

傾聴ボランティア：横山ちなぎ
(傾聴カウンセラー、アート&ドリームセラピスト)

場所：練馬区旭町1-31-4 楽膳倶楽部旭町ハウス2階 個室ご用意あり

参加費：傾聴 無料

ハウス1階にて親子カフェ同時開催
(ランチセット500円)

日時：第二土曜日

2019年12月14日(土曜)

2020年1月11日(土曜)

2020年2月8日(土曜) ※3月以降は未定

11時から15時(お一人30分~40分程度)

事前予約制(当日も空きがあればOK)

申し込み：NPO法人 楽膳倶楽部

Mail: rakuzen@tokyo.nifty.jp

TEL: 03-6915-6300

氏名、連絡先、希望時間帯を申告ください。

