

帝京大学心理臨床センター主催

子育てママのリフレッシュタイム

子育て中のママがゆったり自分の時間を過ごせるような様々なプログラムをご用意しました。

ママたちがリフレッシュしながら、お子様たちは大学院生と一緒に遊ぶことができますので、ぜひお越しください。



～開催日・プログラム内容～

2019年6月4日（火）

『連句・サイコロ』

言葉遊びやお話タイム。

2019年8月5日（月）

『タッピングタッチ』

ゆったりと左右交互に優しくタッチするケアの方法をご紹介します。

2019年10月1日（火）

『コラージュ』

ゆったりと気の向くままに、作製してみましょう。

2019年12月9日（月）

『カレンダーづくり』

毎年恒例、自分だけのカレンダー。

2020年3月3日（火）

『タッピングタッチ』

初めての方も2回目の方もご参加いただけます。

開催時間

10時30分～11時40分

11時40分から12時まではお食事可能です。

※電子レンジ、お湯の提供はございません。

参加費

1組500円

当日来所時に現金でお支払いください。

対象

生後2か月から未就園児を持つ子育て中のママ

定員

親子5組

定員を超えた場合、2組までキャンセル待ちも承ります。

開催場所

帝京大学心理臨床センター

〒192-0352 東京都八王子市大塚 219-2

駐車場あり。お車でお越しになる方はお申し込みの際にお伝えください。



お申し込み先

帝京大学心理臨床センター

☎ 042-670-1631（受付時間 月曜日～土曜日 10:00～17:00）