

がんばり過ぎない私になる！

産前産後メンタルヘルス プロケアクラス

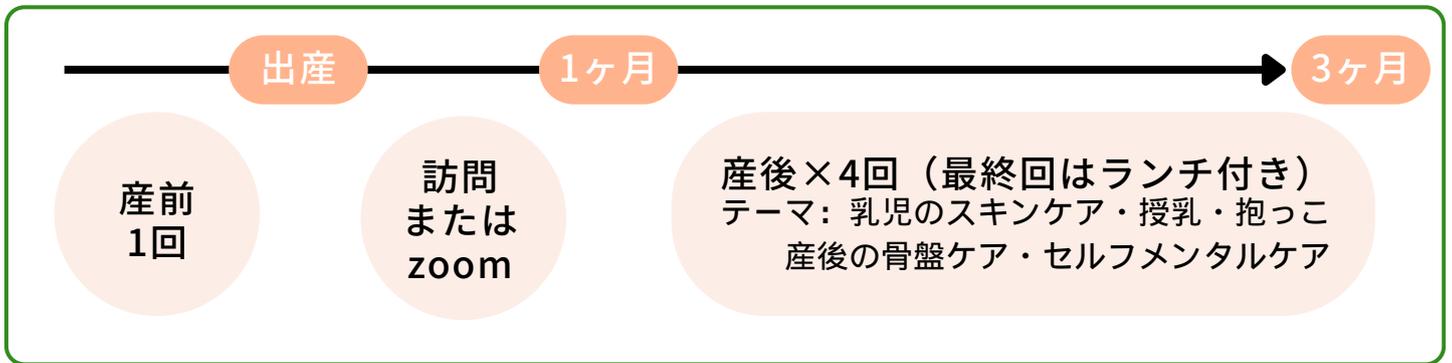
各期定員

8名

1期：7,8月出産予定の方

2期：10,11月出産予定の方

産前から専門職によるメンタルヘルスケアのサポートを受けて産後に備えませんか？
産後が楽になる、育児に前向きになれるセルフケアやコツをお伝えいたします。



日程

1期:2024年 **6/28, 8/23, 9/13, 9/27, 10/11** (金)

2期:2024年 **10/25, 11/22, 12/13**, 2025年 **1/10, 1/24** (金)

時間

10:00~11:30

場所

長土塀青少年交流センター
プレイルーム
長町3丁目3-3

参加費

各期 ¥3,000 (初回徴収)

お申込み
お問合せ

QRコードからお申し込みください→→→→
お問い合わせ wls.kanazawa@gmail.com
【主催】 NPOウェルビーイングライフサポート金沢

