

キャップ

～親と子のあんしんを育むCAPカフェ～

吹き飛ばそう！

寒さと子育てのイライラ・モヤモヤ

冬になると子ども連れでの外出も難しくなりますね。家の中で過ごす時間が増えると子どもも体力を持て余し、機嫌が悪くなる時が多くなっていくのではないのでしょうか？その対応に親自身もついイライラ・モヤモヤが増えてしまいがちです。

そこで、CAP庄内では、地域で暮らす親子が笑顔になるお手伝いとしてランチ付きの「子育て茶話会」を企画しました。出張カフェやアロマコーナーなども用意しています。ぜひ、お気軽にお出でください。



★CAPカフェ 10:00～12:00★ 託児つき

10:00～11:15 子育て茶話会。子育ての中で困っていることなどを共有しながら、親子で楽しく過ごす時間を増やすために何ができるかを一緒に考えてみましょう。

11:15～12:00 ちょっぴり早いランチタイム（親御さんのみ）



鶴岡の「千一珈琲」さんが、出張カフェを開いてくれるよ

★まったりタイム★ 託児はありません。

12:00～14:00 CAPカフェ終了後は、お子さんのお食事をするのもよし、マッサージを受けるのもよし、おしゃべりするのもよし、ご自由にお過ごしください♡もちろん帰宅もOKです。マッサージ中は、CAP(キャップ)スタッフがお子さんと遊びます。

アロマボランティアによるハンドマッサージとタクティール（洋服の上から出来る癒しの背中マッサージ）



日 時： **2019年1月17日(木)**

10:00～12:00（受付 9:40～）

★アロマコーナーは、ランチ終了後12:00～希望者のみ★

場 所：浜田学区コミュニティ防災センター

（酒田市浜田1丁目10-3 電話0234-22-8411）

対 象：未就学児（0～6歳）の親御さん

託 児：10～12時。ご希望の方は、1月9日までにお申し込みください。先着順で、定員になり次第締め切らせて頂きます。

参加費：無料（ランチも無料。お子様の食事はありません。必要な方は、各自ご準備をお願いします。）

申込み：1月13日までに、メールもしくは電話でお申し込みください。

電話 080-5575-1605 [メール cap1605@ezweb.ne.jp](mailto:cap1605@ezweb.ne.jp)

キャップ

CAP庄内 CAPカフェ事業