

mamaサークル

まんなか

～「ひとりじゃないよ」ママのための心の居場所～

赤ちゃんとの毎日、がんばっているのに、なんだか心が晴れない…
そんな気持ちをひとりで抱えていませんか？

サークル発足メンバーも産後うつ経験者なので、安心して産後うつや
メンタル不調 育児の悩みを話せ 安心して共感しあえる空間です
話すだけでも、聞くだけでもOK
孤独を感じているあなた 自分ひとりじゃないと感じられる時間を
仲間と一緒に過ごしませんか？

こんな方の参加をお待ちしています✿

- ・産後うつ・メンタルの不調を感じている
- ・繊細ママさん
- ・なぜか気分が落ち込んだり、涙が出たりする
- ・同じ気持ちの人と出会いたい
- ・オープンスペースに行っても、他の人に声をかけられない
- ・誰かと話したいけど、気を遣わずに行ける場所がほしい
- ・産前だけど、こんな産後事情もあるんだって事を聞いてみたい
- ・こんなサークル活動してみたかったから、話を聞いてみたい！

日時：月に1～2回程度 詳しい日時はInstagramにてご確認ください

場所：安佐南区地域福祉センター、安佐北区地域福祉センター

参加費：500円

お子さま連れでもおひとり様でも大歓迎！

途中参加・退席も自由なので、気軽に遊びに来てください♡



mamaサークル まんなか 082-583-8545

お問い合わせは InstagramからDM またはお電話くださいね



mama_mannaka