

我が子の良いところを見つける子育て講座

「子育てにちょっと自信が持てるようになる6回」

「“うちの子”のいいところ、もっと見つけれられる親になる」

「怒りすぎて後悔しちゃうあなたへ 一緒に学んでみませんか」

子育て中の保護者を対象に精研式ペアレント・トレーニング（全6回）を開催します。
ちょっと個性の強いお子さんや、育児に不安を感じている方も安心してご参加ください。
また、教育現場や子どもと関わる仕事をされている方のご参加も歓迎いたします。

【開催概要】

- ・ 主催：一般社団法人cocoro-庭（湯川村委託事業）
- ・ 開催期間：令和8年9月～12月
- ・ 時間：10時00分～12時00分
- ・ 開催場所：ユースピアゆがわ
- ・ 対象：未就学児～小学生の保護者、教育関係者、
子どもと関わるお仕事をしている方
- ・ 定員：8名程度（先着順）
- ・ 参加費：無料

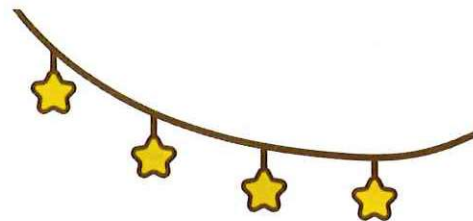


【プログラム内容】

	テーマ	ねらい
第1回 9/25（金）	オリエンテーション	今の子育てを振り返ってみよう
第2回 10/9（金）	ほめる	子どもがぐんと伸びる声かけを知る
第3回 10/23（金）	小さな変化	良いところを見逃さない習慣をつくる
第4回 11/6（金）	叱り方	感情的にならずに伝えるコツ
第5回 11/20（金）	自分の気持ちに気付く	自分のストレスとの付き合い方
第6回 12/4（金）	振り返り	明日からの子育てに活かすために

【ファシリテーター】

訪問看護ステーションこころのあい あいづ
諏江友美 (看護師)
児島一行 (精神科認定看護師)



【参加者の声】

「毎日の子育てがちょっと楽になった気がします」
「他の保護者と話せてホッとしました」
「私の声掛けひとつで自身のストレスが減りました」



【ペアレント・トレーニングとは】

「ペアレント・トレーニング」は、子どもとの関わり方を学びながら、親自身のストレスとの向き合い方も見つけていくプログラムです。特別な知識や経験は不要で、誰でも参加しやすい内容となっています。子育てに関する悩みを共有しながら、一緒に学んでみませんか？



【参加にあたってのお願い】

- ・原則、全6回すべてにご参加ください。
- ・やむを得ず遅刻・欠席する場合は、事前にご連絡ください。
- ・毎回、簡単なホームワークがあります。
自分の子育てに少しずつ取り入れていくための時間です。
- ・プログラムで得た個人情報や参加者同士の話は外部に漏らさないようお願いいたします。
- ・終了後には、今後の改善のためのアンケートにご協力をお願いします。

【お申し込み・お問い合わせ】

一般社団法人cocoro-庭

電話：0242-36-7089

FAX：0242-36-7092（専用申込用紙をご利用ください）

メール：support@cocoronoai.com

インスタグラムのダイレクトメッセージでもお申し込み可能です。

専用申込用紙をご覧いただきながら必要事項を入力していただくか、専用申込用紙に記入をしたお写真を添付し送信してください。



cocoro-庭
Instagram



こころのあい
ホームページ



お問い合わせ
メール

お気軽に
お問い合わせ
ください



『我が子の良いところを見つける子育て講座』利用申込書

申込年月日： 年 月 日

参加者氏名	フリガナ	
電話番号	※連絡可能な時間に✓をつけてください ☐ 日中いつでも ☐ 昼休み（ ： ～ ： ） ☐ その他（ ： ～ ： ）	
お住まいの地区	☐ 湯川村にお住まいの方（地区名： ） ☐ 湯川村外の方（市町村名： ）	
養育している子ども	歳（男・女）	歳（男・女）
	歳（男・女）	歳（男・女）
利用の動機 （複数回答可）	☐ こどもとの関わり方を知りたい ☐ こどものこと（性格、発達特性など）を理解したい ☐ こどもの行動で気になることがある ☐ 他の保護者の話を聞いてみたい ☐ その他（ ）	
現在、お子さんとの関りで困っていることや悩んでいることを具体的に教えてください。		

○申込み多数の場合、選考となりますので、ご承知おきください。

○参加決定等について上記連絡先へ電話連絡いたします。