

# 楽・らく子育てセミナー

(予約制)

「子育て」は、頑張ってもすぐに結果は出ないし、世の中では「やったら良い事」「やってはダメな事」が溢れて、悩むことの連続ですよね。  
子育てを頑張っているママの気持ちが「らく」になり、「楽しく」子育てに向き合える時間が増えるようなセミナーを開催しています。  
セミナーを通して、子育ての困りごと、具体的な方法を一緒に考えませんか。

「同じ悩みを話せてよかった」  
「子どもと離れてリフレッシュできました」等、参加者の声もきかれています♪



## 【対象者】

幼児期の子育て中のママ

## 【内容】



	内容
第1回	★学ぼう★【子どもの特徴を知ろう】 幼児期（1歳～2歳ごろ）の子どものころやからだの成長について、子育て中の母親と数多く面接経験のある臨床心理士が講義形式でお話します。
第2回	★話そう★【子育て中のエピソード】 トイレトレーニング、遊び食べなど、子育て中のうまくいかない場面、困ってしまう場面などを、みんなで話し合ってみましょう。
第3回	★考えよう★【困りごと相談会】 第2回の中で話した困りごとエピソードについて、具体的な対応などを臨床心理士や他のママ達と一緒に話し合ってみましょう。
第4回	★やってみよう★【あなたの楽・らく子育て】 前回までを通して、子育てに取り入れたいことを考えてみましょう。

## 【場所】

豊明市保健センター（西川町島原11番地14）（定員15名程度）

	1クール	2クール	3クール	4クール
申込期間	4月9日～4月23日	7月2日～7月16日	10月8日～10月22日	1月7日～1月21日
第1回	4月30日（火）	7月23日（火）	10月29日（火）	1月28日（火）
第2回	5月14日（火）	8月6日（火）	11月12日（火）	2月4日（火）
第3回	5月28日（火）	8月20日（火）	11月26日（火）	2月18日（火）
第4回	6月11日（火）	9月3日（火）	12月10日（火）	3月11日（火）

▶ 時間：午前10時～11時（託児が必要な方は9時45分までに託児室へお越しください）  
受付は9時45分～9時55分 \*お休みの場合はお電話ください

## 【託児について】

0歳～未就学児まで（託児の希望の場合は申込時に申し出ください）  
当日はお子さんのお出かけグッズ等（おむつやお茶等）を一袋にまとめてお持ちください

## 【申込方法】

とよあけ子育てアプリや市ホームページより「とよあけ予約サポート」を利用して申し込みください。

インターネットから  
予約できます！

とよあけ予約サポート



お問い合わせ：豊明市役所 子育て支援課 およこ健やか係（TEL 0562-85-3950）