



# 「ママ・パパのセルフケアと心理学」

対象：周産期・乳幼児から小学生の保護者

社会が進化をし続ける一方、多くの方が仕事や人間関係、  
家庭などで様々な悩みやストレスを抱えている現代社会。  
そんな中、育児や育児環境も変化しています。  
ママ達も、講座を受けて気分を変えてホッとしませんか。

臨床発達心理士VS・公認心理師・学校心理士 白石京子

時間 10:00~11:00

場所 ことりのひろばにて

定員 6名 (お子さんは担当者が保育します)

第1回 子どもの情動コントロールとかかわり

9月 8日 (月)

第2回 子どもの思考力とレジリエンス

10月22日 (水)

第3回 ママ達の育児スキルとかかわり

11月17日 (月)

※予約をお願いします

連絡先

子育て支援センターことりのひろば 担当 近藤・杉浦

[warashibehoikuen553@poem.ocn.ne.jp](mailto:warashibehoikuen553@poem.ocn.ne.jp) (ことりのひろば専用アドレス)

電話 048-862-3123 (わらしべ保育園)