

ペアレント・トレーニング 参加者募集



「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：合同会社こころのあい（会津美里町委託事業）
- 開催期間：令和7年10月～12月（隔週土曜日）
- 時間：9時30分～11時30分
- 場所：ふれあいセンター あやめ荘
〒969-6215 福島県大沼郡会津美里町下堀字中川360-4
- 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
- 託児：あり（要事前申込）
- 受付開始：令和7年9月1日(月)
- 申込締切：令和7年9月30日(火)



【プログラム内容】

回	テーマ	ねらい
第1回 10/11(土)	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 10/25(土)	ほめる	子どもがぐんと伸びる声かけを知る
第3回 11/8(土)	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 11/22(土)	叱り方	感情的にならずに伝えるコツ
第5回 12/6(土)	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 12/20(土)	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 所長 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】

合同会社こころのあい

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。



こころのあい
Instagram



こころのあい
ホームページ



こころのあい
メール

お気軽に
お問い合わせ
ください



ペアレント・トレーニング 参加申込書

保護者氏名	お住まいの地域（○で囲んでください） 高田 ・ 本郷 ・ 新鶴
かかわりを考えたい お子さんの年齢・性別 _____歳 男 ・ 女	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（ ）
このペアレント・トレーニングをどちらでお知りになりましたか？（○で囲んでください） 町ホームページ ・ 医療機関 ・ 学校 ・ こども園 その他（ ）	
現在、お子さんへのかかわりで困っていることはありますか？（具体的に） 	
申し込み多数の場合、選考となります。次回以降参加のご案内となる可能性もありますが、育休中や仕事の都合など、今回の参加以外に難しい理由等はございますか？ （ あり ・ なし ）	
申し込み終了後、参加決定等について上記連絡先へ電話連絡致します。	

合同会社ころのあい
 電話：0242-36-7089
 FAX：0242-36-7092

町が世帯状況を把握することに同意の上でお申し込みください。