

## ペアレントサポート講座 2026

育てにくい・・・、手がかかる・・・、一生懸命頑張っているのに・・・、子どもの行動にどう向き合ったらいいのか  
悩みや不安を抱えていませんか？

こどもの行動を理解し、対応方法を具体的に知ることは、子育てを楽しむことにつながります。

今年もコーチ・コミュニケーショントレーナーの阿部優美子さんを講師にお招きし、下記のとおり開催を  
決定いたしましたので、皆様のご参加をお待ちしております。

- ◇日時： 5月8日、15日、22日、29日  
毎週金曜日 午前10:00～11:30  
4日間参加(1回1時間30分)で1講座になります

- ◇会場： 児童発達支援センターにじいろキッズらいふ  
2階多目的ホール

- ◇受講料： 無料



### ◇講座の内容

#### STEP 1

#### 子ども、自分との付き合い方

お互いが楽になれる  
コミュニケーションの  
コツ

#### STEP 2

#### してほしい 行動をふやす

ほめるコツの  
基本

#### STEP 3

#### してほしくない 行動を減らす

注目を  
取り去る方法

#### STEP 4

#### 子どもの協力を 増やす方法

選択させる

\* 講座開催にあたり、感染症の予防と拡大防止の対策として以下の対応を取らせていただきます

- ・講座は、120人収容できる会場で行います。
- ・当日、入り口は、職員玄関(建物向かって左側)です。入り口で手指消毒をお願いいたします。  
(受付は2階多目的ホールです。)
- ・当日はマスクの着用をお願いいたします。
- ・当日、風邪症状のある方や、体調に不安のある方は、参加をご遠慮ください。
- ・状況により、やむを得ず講座を中止、延期になる場合には、にじいろキッズらいふのホームページでお知らせをしますが、お申し込みの際、連絡先を必ずお知らせください。



## ペアレントサポート講座 申し込み用紙

※申し込みの締め切りは 5月1日(金) です

|            |  |
|------------|--|
| 参加される方のお名前 |  |
| 連絡先        |  |

### ◇その他のお知らせ

- ・当日の駐車場は、にじいろキッズらいふ建物北側「若里多目的広場」になります。
  - ・5月29日のみ、若里多目的広場ではなく、にじいろキッズらいふ建物敷地内に駐車してください。
  - ・第2期講座を予定しております（2026年10月9日、23日、30日、11月6日）。
- 後期の申し込みについては、8月以降にホームページでお知らせいたします。

### ◇ 講座に関するお問い合わせ・お申込み ◇

- ・TEL 026-219-3782
- ・FAX 026-223-6011
- ・メール [n.k.life-soudan@nagano-shajikyo.or.jp](mailto:n.k.life-soudan@nagano-shajikyo.or.jp)

担当 瀧澤

