

気づくことを  
大切にした  
親のための  
プログラム

カナダ生まれの  
ノーバディーズ・パーフェクト プログラム

# 自分にあつた子育てを見つけよう

## 子育て講座参加者募集！

子育てって楽しいけれど、大変なことも多いですね。  
子どもと離れて大人同士、たくさん話して・笑って・ストレス発散!!  
ファシリテーター（進行役）と一緒に、お互いの悩みや子育ての不安、関心のある  
ことなどを話し合しましょう。お子さんは託児室でお預かりします。

### 日時 《6回連続プログラム》

- ① 11月11日（月）
- ② 11月18日（月）
- ③ 11月25日（月）
- ④ 12月 2日（月）
- ⑤ 12月 9日（月）
- ⑥ 12月16日（月）

いずれも  
AM10:00~12:00

- 会 場：市民交流センター（クラシティ3階）  
※駐車料金は2時間無料
- 対 象：市内在住0~5才の子を持つ親  
（全6回参加できる方・初めての方優先）
- 定 員：12名(先着順)  
※定員に満たない場合、実施しないことがあります。
- 参加費：無料
- 託 児：あり（6か月以上の子）※要予約  
お子さん1人につき1回500円  
全6回分のうち3回分（1500円）を上限  
として徴収します。  
尚、4回目以降は無料とします。  
※託児料は最終日にまとめてお支払いいただきます。
- ファシリテーター：田嶋 美保・間瀬 恵子

【申込み】10月1日（火）~10月31日（木） 直接、子育て支援センターへ

【問合せ】子育て支援センター ☎（0569）22-4188

【主 催】半田市子ども育成課 子育て支援センター

お名前							ご住所						
連絡先							※講座に参加したことが〔 ない・ ある（体験講座 or 6回講座）〕						
(ふりがな) お子様のお名前													
生年月日 (11/11 現在の年齢)	年 月 日生 ( 歳 か月)			年 月 日生 ( 歳 か月)			年 月 日生 ( 歳 か月)			年 月 日生 ( 歳 か月)			
託児予約 (希望日に○)	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥	
	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	

※ウラ面にこれまでNPプログラムに参加した方たちの“声”を記載しました。ご覧ください。

## 《プログラムの流れ》

1. 申込をした12人程度の親同士が集まります。  
(お子さんは託児室でお預かりします。)
2. まずはゲームや色々なおしゃべりをして、緊張をほぐします。
3. 皆さんで決めたテーマについて、書いたり、聞いたり、話したり…。  
苦手な人はパスもできるので安心してください！

この流れで、週に1度、計6回の話し合いをしていきます。

体験講座では、はじめの回を少し体験していただきます。

## 参加者の声

頭が固かったなあと思う。  
人によって見方もやり方も  
違うから、聞いたことで  
子どもにも少しだけ優しく  
なれた気がする。いろんな人の話を  
聞く機会をもつのは  
大事だと思った。

今までゆっくり話ができる  
機会がなかったので、  
子どもを預けてゆっくり  
できる機会は、本当に  
ありがたかった。

子どもの親としては  
もちろん、  
自分自身の話が  
できたことが  
嬉しかった。



なかなか相談しづらい、  
解決策が見つかりにくい  
テーマを、解決への糸口  
を見つけてもらえたのは  
よかった。

人に話をするすることで、気持ちを整理  
できたり、自分の悩みを客観的にみる  
ことができた。ネットだと理想的・  
模範的な子育てが目に入るけど、  
生の子育ての話を聞いて、柔軟に  
やっていこうと思った。

毎回本当に様々な  
アドバイスをいただけて、  
何でもせっかくだから  
やってみよう！と  
思うようになった。