

「幸せはぐくむ子育て

～子育ては自分を知るチャンス～



子どもを育てていると「私のチャンスを失ってるかも・・・」「自己犠牲を強いられてるなあ・・・」「しんどいなあ」と感じることはありませんか？でも、ちょっと視点をかえてみると、子育てはステップアップのチャンスにもなります。子どもと暮らすことは、新しい発見の連続です。気づかなかった自分自身のことを深く知り、子どもの成長に合わせ得る情報や知識、子育てで培ったスキルは自分自身を幸せにします。せっかくのチャンスです。一人でもやもやしているより、みんなと話してすっきりしましょう！

第1回 9月13日
「子育てって大変だね」

第2回 10月11日
「自分を知るために『私グラフ』
を書いてみよう」

第3回 11月8日
「自分の大切なものって何ですか」

第4回 12月13日
「自分自身のケアをしよう
(セルフケア)」

第5回 2023年1月10日
「子どもと付き合っていくため
のしつけ①」

第6回 2023年2月14日
「子どもと付き合っていくため
のしつけ②」



第7回 2023年3月14日
「子どもとのコミュニケーション」



APIS の Insutagram

日時：2022年9月～2023年3月の第2週目火曜日 10:30～12:00

定員：12人(全回申し込みの方を優先、空きがあれば単発参加可)

参加費：全7回参加 6000円(1回単発参加 1000円) APIS 会員は無料

申込締め切り：2022年8月31日(単発参加の締め切りは開催日の10日前)

申込方法：メールで申し込みください。APIS のメール(npo-apis0601@kki.biglobe.ne.jp)

氏名・住所・連絡のつく電話番号・メールアドレスをご記入ください。

お申込みいただいた方には、後日 支払方法など連絡を入れます。

主催



NPO 法人 暴力防止情報スペース・APIS(アピス)

〒534-0022 大阪市都島区都島南通2-4-21

TEL:06-6924-5551(月・金 10:30～16:00) FAX 06-6924-5556(常時)

*APIS はこどもや女性をはじめとする全ての人への暴力防止のために活動しています。

*APIS の詳細・最新の講演会・ワークショップ・情報は→<http://www.apisnpo.org>

この講座は Zoom を利用したオンライン講座で、自宅受講できます。