

2023版

学童期・思春期の
子のママ必見!!

子育て Aka'akaサロン

「Aka'aka」とはハワイ語で「笑う」という意味
ママが子育てからちょっと離れて
笑顔で過ごせるといいなという
気持ちがこもっています。



ほっとするひとときを分かち合う場

子どもの受験や勉強、不登校、生きづらさ等子どもに困り感があると、
ママ自身が不安になったり、イライラしたり、
時には怒鳴ってしまい母親失格…と思ったり。子育ては大変ですよ。
完璧な親なんていません。子どもと離れてゆっくりしたり、
語り合いながら、自分にあった子育ての仕方を見つけていきませんか。

- 対象 子育て中のお母様
- 開催日時 令和5年 8月18日(金) 11月10日(金)
9月15日(金) 12月1日(金)
10月6日(金)

いずれの日も **10:00~15:00**

- 場所 〒929-1125 石川県かほく市宇野気二110番地1
かほく市子ども総合センターおひさま

- 参加費 無料
- 石川県立看護大学の教員などが対応いたします



学童期・思春期のお子様がいるママのための 親育ち・子育てを考える会(10:00~12:00)

- ・対象：学童期・思春期のお子様を子育て中のお母様 12名程度
- ・「完璧な親なんかいない(通称NP)」の手法を用いて、5回シリーズでイライラ、こどもとの関わり方、夫との関係など、テーマを決めて話し合います。
できるだけ5回すべてにご参加ください(託児あり)。
- ・進行役：NPNC認定ファシリテーター 西村 真実子(石川県立看護大学名誉教授)
NPNC認定ファシリテーター 後藤 亜希(石川県立看護大学助教)

小さなお子様がいるママもどうぞ!!

母親だけのスペース：Aka'akaルーム(13:00~15:00)

- ・子どもと離れてゆっくりしたいとき、あれこれ考えたいとき、安心しておしゃべりしたいとき、一人になりたいとき、のぞいてみてください(託児あり)。

<お申込み方法>

右記のQRコードにてお申し込みください。QRコードを読み取り、Webサイトにアクセスの上、必要事項を入力し、お申し込みください。
申込期限:いずれの開催日も**6月30日(金)**までにお申し込みください。
*「@ishikawa-nu.ac.jp」からのメールを受信できるように設定ください。



<お問い合わせ> 〒929-1210 石川県かほく市学園台1-1
石川県立看護大学附属地域ケア総合センター事務局
Tel:076-281-8301 Fax:076-281-8387 E-mail: agotou@ishikawa-nu.ac.jp