



『私らしく子育てを楽しむ』子・孫育て講座



ゆっくり自分を見つめ直しながら、子育てを楽しむヒントを一緒に考えてみませんか？

回	日	内 容	講 師
保育	9/11(木)	保育オリエンテーション	スタッフ
1	9/18(木)	ひととまなぶ、わたしをひらく PART1 ～出会いから始まる“わたし”との対話～	子育て相談員（公認心理師）、 認定ワークショップデザイナー 林 いずみさん
2	9/25(木)	自主学習 ～アイスブレイク・子育てマップを作ろう①～	スタッフ
3	10/2(木)	自主学習 ～子育てマップを作ろう②～	スタッフ
4	10/9(木)	アドラー心理学に学ぶ「私らしく子育てを楽しむ」 ①うちの子、なんでこんなことするの？ ～行動の理由を知ると子育てはラクになる	子育てと保育の学び舎cocorone 主宰 井上 エリさん
5	10/16(木)	②イライラ、モヤモヤと上手につきあう ～子育て中の“心の整え方”	
6	10/23(木)	③勇気づけのコミュニケーションに学ぶ ～やる気と自信を育てる言葉がけ	
7	10/30(木)	④もっと自分を信じてみよう ～自信を育てる“わたし再発見”ワーク	
8	11/6(木)	子どもの声を大切にする 子どもの権利にもとづく子育て	認定NPO法人国際子ども権利センター (C-Rightsシーライツ) 代表理事 甲斐田 万智子さん
9	11/13(木)	子育てと絵本	絵本専門士 安富 ゆかりさん
10	11/20(木)	ひととまなぶ、わたしをひらく PART2 ～出会いと対話がくれた“わたし”のストーリー～	子育て相談員（公認心理師）、 認定ワークショップデザイナー 林 いずみさん
保育	11/27(木)	保育懇談会	スタッフ

※グループワークを取り入れた講座となります。

令和7年9月18日（木）～11月20日（木） 午前10時～正午

対象 ▶ 講座に興味のある方 ※三鷹市在住・在勤の方優先 参加費 ▶ 無料

定員 ▶ 35人（内、保育付きは15人） ※申込者多数の場合は抽選。抽選結果は8月29日（金）までに連絡。

保育 ▶ 満1歳から未就学児（内、1歳児の受け入れは6人まで）

※講座開始日9/18(木)に満1歳になっているお子さんが対象となります。

※9/11(木)の保育オリエンテーションに必ずご参加ください。

保育付きの枠は、初めて西多世代交流センターの保育室を利用するお子さんを優先いたします。

場所 ▶ 三鷹市西多世代交流センター（三鷹市深大寺2-3-5）

お申込み

Logoフォーム→



8月3日(日)～8月24日(日)までに

電話、窓口またはインターネット（Logoフォーム）にて、お申込みください。

三鷹市西多世代交流センター

TEL 0422-32-8765(生涯学習専用)

