

# 親支援プログラム

参加費無料!

## ノーバディーズパーフェクト講座

託見付! ~完璧な親なんていない!~

ノーバディーズパーフェクト(NP)は、カナダ生まれの『子育て中の親を支援する』プログラムです。お互いの子育てや不安などを話し合いながら、子どもの健康や安全、しつけなどを学びます。一人で悩まず、頑張らず、お母さん同士の交流も楽しみながら、週に一度、子どもからほんの少し離れて、自分や子育てをゆったりと見つめ直すひと時を過ごしてみませんか?

### ファシリテーター：伊藤 任佐子

子育て中に会った子育て情報誌「子連れママの気晴らしマップ」の編集に関わる。活動中、お母さん達を対象にしたイベントも多数企画してきた。平成16年より仙台市子育てふれあいプラザのびすく仙台館長として、子ども家庭の支援を行っている。NPファシリテーター養成講座を平成22年1月に受講。

研修を積んだノーバディーズパーフェクトファシリテーターがワークショップをサポートします。

#### \* ファシリテーターとは... \*

参加者一人一人が想っていることを引き出し、表現できるようにお手伝いし、いろいろ出てきた意見を、参加者の合意を得ながらみんなで整理したり、そこから新たなアイデアを生み出せるように支援する役割を持つ人

- ◇ 対象者 生後6ヶ月～3歳(未就園児)の子を持つ初めての子育てをしている母親  
※ 母子別室での受講です。お子さんは託児となります(無料)。
- ◇ 定員 12名(すべての講座に参加できる方)
- ◇ 会場 エル・パーク仙台 セミナー室(三越定禅寺通り館5階)
- ◇ 日程 平成23年1月26日(水)～3月2日(水)毎週水曜日(全6回)10:30～12:30

	日時	テーマ
第1回	H23/1/26(水)	知り合おう。仲間づくり
第2回	2/2(水)	みんなで話し合いながら決めていきます。 例)
第3回	2/9(水)	
第4回	2/16(水)	・子どものからだについて知ろう!
第5回	2/23(水)	・子どものしつけについて
第6回	3/2(水)	・お母さん(私)の心を元気にする ・夫との関係。夫の役割・妻の役割 ・ネットワークづくり



### ◇ 申込み方法

裏面の参加申込書に必要事項をご記入の上、郵送かFAXにて下記までお申し込みください。

申込み締切：平成23年1月20日(木) ※定員になり次第締め切らせていただきます。

### ◇ 申込み先/問合せ先

特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク事務局

〒980-0803 仙台市青葉区国分町3-8-17 TEL/FAX：022-714-2088

<送付先>

特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク

FAX : 022-714-2088

## 参加申込書

親支援プログラム ノーバディーズパーフェクト講座に申し込みます。

ふりがな 参加者氏名			
連絡先	〒		
	TEL	FAX	
お子さんについて	ふりがな 氏名		
	年齢	才 月 託児(希望する・希望しない)	性別 男・女
	アレルギーの有無	有 ・ 無	
	アレルギーの内容		
	特記事項		
この講座に申し込んだ理由は何ですか?			
話したいこと・聞いてみたいことはありますか?			

<託児を利用される方へ>

◇持ち物の準備をお願いします。(すべて名前をつけてください)

- ・着替え一式
- ・ビニール袋3枚程度
- ・紙おむつ・おしりふき・おむつ替え用タオル
- ・飲み物(水またはお茶)

◇受付開始時間 10:15~(お子さんを預けた後、セミナー室にお越しください)

◇通院中・投薬中、せき・鼻水・発熱(37.5℃以上)などの症状がある場合、または体調が悪いと判断した場合はお預かりはできません。