

# Adult and Children Together Against Violence ACTすこやか子育て講座



つながり、わかちあい、ささえあい

## 参加型&体験型子育て講座！

講座日程 10月：4日(水), 13日(金), 18日(水), 23日(月), 31日(火)  
11月：13日(月), 20日(月)

時間：10:00～12:00

※全7回参加で修了証が授与されます

「子どもが言うことを聞いてくれない…」 「イライラして子どもを怒ってばかり。  
「こんな気持ちになるのは私だけ？」

お子さんを持つ方の誰もが直面する子育ての悩み。

それは特別なことではありません。「しつけ」と「罰」の違いなど、ちょっとしたコツを知っていれば子育ての日常はずっと楽になります。アメリカ心理学会から生まれた“ACTすこやか子育て講座”は、心理の知恵を取り入れた体験型の育児講座です。

### [講座の内容]

体験的なワークを通して、ゆっくりと参加者同士コミュニケーションを取りながら進めていきます。話をするのが得意でなくても大丈夫！安心して参加できます。

第1回	10月4日(水)	子どもの行動を理解する
第2回	10月13日(金)	怒りの感情を持った子どもを理解し援助する
第3回	10月18日(水)	親や養育者自身の怒りの理解とコントロール
第4回	10月23日(月)	子どもと暴力
第5回	10月31日(火)	子どもと電子メディア
第6回	11月13日(月)	しつけと養育スタイル
第7回	11月20日(月)	肯定的な行動を導くしつけ、まとめ

お茶タイムも  
あります♪

★参加費：500円(全7回分込)(資料代等)

★対象：0～8歳までのお子さんをおもちの保護者

★定員：12名(定員になり次第締め切り)

★託児：無料 生後6ヶ月～(先着順・定員制)

\*申し込み受付中

### 開催場所

あしなが育成会 レインボーハウス  
住所：仙台市青葉区五橋2-1-15

\*地下鉄南北線「五橋駅」  
北2番出口から南へ徒歩1分

\*駐車場はありませんのでお車の方は  
近隣のコインパークをご利用ください

申込・問い合わせ：nichibeioyakosendai@gmail.com

※申し込み方法：氏名・返信可能なメールアドレスを明記の上、参加希望の旨を上記アドレスまでメールで送ってください。折り返し参加申し込みフォームをお送りします。(上記のアドレスの受信可能設定をお願いします)\*お問い合わせはこのアドレスのみとなります

主催：日米親子支援ネット(助成事業) / 共催：震災復興心理・教育臨床センター

協力：ACTすこやか子育て講座事務局：www.facebook.com/ACTjapan