

# 「親子はぐくみクラス」 令和6年度 活動予定表

## 第1期 申込みは 5/2(木)まで

講座  
各期全6回

- 第1回 5/15 子どもの良いところを探してみよう
- 第2回 5/29 子どもへのほめ方を練習してみよう
- 第3回 6/12 子どもの行動のしくみを理解してみよう
- 第4回 6/26 環境を整えてほめるチャンスを増やそう
- 第5回 7/10 子どもが分かりやすい指示の出し方とは？
- 第6回 7/24 待ってからほめよう！上手な注目の出し方

🌸 6回連続した教室です。できるだけ続けて参加しましょう♪

🌸 ペアトレ中、お子さんは別室で、プロの保育士による療育体験(お子さんの発達を促し、自立した生活を送るための学びや遊びの場)及び託児ができます。

🌸 年3回(第1期～3期)開催いたします。各期、内容は同じです。

(第2期:9/11、9/25、10/9、10/23、11/6、11/20)

(第3期:1/8、1/22、2/5、2/19、3/5、3/19)

時間 午前9時30分～午前11時30分

対象者 ペアトレ : 1歳6か月～未就学児の子どもを育てる保護者(20名)  
療育体験 : 1歳6か月～未就学児(6名)

場所 ペアトレ : 甲府市健康支援センター2号館1階(相生2-17-1)  
療育体験 : 保健センター(ペアトレの隣の建物)

お申込みはこちら

甲府市 母子保健課

☎055-237-8950

# 親子 はじしめ りクラス

## ペアトレ + 療育体験 プログラム

子どもの気持ちや行動を理解して、  
日常の子育てのイライラから脱出！

子どもへの関わり方  
が分かった

育てにくさを  
感じにくくなった

「みんなもそうなんだ」  
と共感できる仲間がいて  
心強かった



プロの講師たちによる  
ペアレントトレーニング  
参加してみませんか？



### ペアトレってなあに？

ペアレントトレーニング(通称:ペアトレ)とは、保護者が子どもの行動に正しく対応するためのスキルや知識を習得するためのプログラムです。  
叱ることに頼らず、子どもの望ましい行動を増やすためのスキルを具体的に学ぶことができます。

### こんな風を感じたことはありませんか？

- ・自分の育児は合っているのかな？怒りすぎ？ほめ過ぎ？
- ・もっと良い言い方や方法があったのかな…？
- ・子育てが楽しくないと感じてしまう。
- ・子どもの特性は、自分のせいなのかな。 など…

ママ、パパ、大丈夫。トレーニングを受けて、子ども達への関わり方を一緒に学んでいきましょう！

お申込みはこちら 甲府市 母子保健課 ☎055-237-8950