

子育て支援講座 ～パレット～

カナダで生まれた子育て講座「ノーバディズ・パーフェクト ～完璧な親なんていない」をアレンジしたプログラムです。

子どものしつけや困った場面でのかかわり方、子育てのストレスなど、皆さんの関心に合わせてテーマを設定します。

同じくらいの年齢のお子さんを育てている方どうして話し合いやワークを行いながら、自分にあった子育ての方法を見つけましょう。

<よくあるテーマ>

食事や睡眠の悩み、イヤイヤ期、
園生活やおうちでの困りごと、
親のイライラ、家事の工夫 など



- ★ 対象 区内在住、1歳～5歳のお子さんを育てている方で、各グループ全ての回に参加できる方（土曜日グループは全4回、水曜日グループは全2回です）。
本プログラム初参加の方を優先させていただきます。

- ★ 日時
- ①土曜日グループ：
令和7年10月11日（土）、10月25日（土）、11月22日（土）、12月13日（土）、
全4回 午前10時～12時
- ②水曜日グループ（お子さんの発達に気がかりをお持ちの方対象）
令和7年12月3日（水）、12月17日（水）
全2回 午前10時～12時

- ★ 場所 板橋区子ども発達支援センター（板橋区小茂根1-1-7 日本肢体不自由児協会2階）

- ★ 講師 公認心理師・保育士

- ★ 定員 6名（申し込み多数の場合は抽選）。
＊別室での託児サービスがあります（生後5ヵ月以上。定員：6名。保育料：無料）

- ★ 参加費 無料

【申し込み方法】 電話か受付でお申し込みください。受付期間終了後、参加の可否をご連絡いたします。

<受付期間> 土曜日グループ：8月18日（月）から9月12日（金）まで
水曜日グループ：8月18日（月）から11月7日（金）まで



板橋区子ども発達支援センター 電話 5917-0905
（平日9時30分から16時30分、第2・4土曜日9時30分から12時）