

# ママのイキイキ応援プログラム

浜松 ママイキ 検索

子育ても人生ももっと楽しみたいあなたへ

2/10  
(日)

10時～12時  
第1回【聴く】

見つめてみよう、自分の気持ち。  
聴いてみよう、子どもの心。

13時～15時  
第2回【承認①】

自分をもっと好きになろう。  
自分の持つ基準に気づいていますか?

こんな人にオススメです!

- 優しいママでいたいのに怒ってしまう
- 子育て、これで合っているのか不安...
- ママ友、夫、職場...人間関係がしんどい
- イイヤヤ期、反抗期、思春期どう対応する?
- 期間限定の子育て、もっと楽しみたい!
- 忙しくて自分のことは後回し
- 子どもと関わる仕事をしている

1971年静岡県生まれ。コミュニケーションの本質を豊富な事例を用いて伝えることが得意。常に笑いあり涙ありの心に響く講座は、「目からウロコ」「参加しただけで元気になれる」と評判! 口コミで活動が広がり、瞬く間に全国区に、海外へと飛び火。ママのためのコーチング専門家として「グッディ! (フジテレビ)」「てっぺん静岡 (テレビ静岡)」その他雑誌等メディア出演も多数。著書に「ママでいるのがつらくなったら読むマンガ」「苦手な人が気にならなくなる本」など。

**Happy Mammy**  
プロデューサー 山崎 洋実 (ひろっしゅコーチ)

2/24  
(日)

10時～12時  
第3回【承認②】

自分の気持ちを伝えてみよう

13時～15時  
第4回【区別】

悩んでいること、それは本当に「あなた」の問題ですか?

3/17  
(日)

10時～12時  
第5回【価値】

自分の価値を掘り起こそう。  
そこから未来の私が見えてくる!!

毎回  
ランチ交流会  
あり♪  
(希望制)

会場：浜松こども館分室  
「ここ・い〜ら」ギャラリー2  
浜松市中区鍛冶町100-1ザザシティ中央館内浜松こども館5階  
対象：子育てパパ・ママ・先生・人事担当様など  
受講料：5コマ 19300円 (3日間全講座)  
4コマ 17800円 (講座組合せ自由)  
3コマ 13800円 (〃)  
駐車場：浜松こども館分室「ここ・い〜ら」  
特別提携駐車場サービスあり (最大5時間500円!)

※託児についてはメールにてご相談下さい。

- ・入金をもって正式なお申し込み受付となります。
- ・講座開始日3週間前からのキャンセルは、返金致しかねますのでご了承ください。
- ・その他注意事項は申し込みページに記載しておりますので、ご確認の上お申し込み下さい。

夫婦・親子受講もどうぞ  
割引あり😊

