

ママのイキイキ

応援 プログラム

5月25日
受付開始!

～子育ても人生ももっと楽しみたいあなたへ～

8/25 (日)

10:30～12:30

第1回【聴く】

見つめてみよう、自分の気持ち
聞いてみよう、子どもの心

14:00～16:00

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?

9/8 (日)

10:30～12:30

第3回【承認②】

自分の気持ちを伝えてみよう

14:00～16:00

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?



こんな人に

おすすめです!

- ☐ 優しいママでいたいのについ怒ってしまう
- ☐ 子育て、これであっているのか不安...
- ☐ ママ友、夫、職場...人間関係がしんどい
- ☐ イヤイヤ期、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

講師紹介

Happy Mammyプロデューサー

山崎 洋実 (ひろっしゅコーチ)

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」と大評判!

ロコミで活動が広がり、瞬く間に全国へ、そして世界へと活動の幅を広げている。著書に「ママでいるのが辛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。その他「テレビ寺子屋」などメディアにも多数出演中。

1971年静岡県出身。

9/23 (月・祝)

10:30～12:30

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
あります♪
(希望制)

会場：静岡県男女共同参画センター

あざれあ4階第2研修室

静岡市駿河区馬淵1丁目17-1

対象：子育て中のパパ・ママ・先生・人事担当様など

受講料：5コマ 19000円 (3日間全講座)

4コマ 17500円 (講座組み合わせ自由)

3コマ 13500円 ()

駐車場：あざれあ内の駐車場はご利用いただけません。

近隣のパーキングをご利用ください。

託児：託児についてはメールにてご相談ください。

こくちーず ブログ



主催：ママイキ静岡主催チーム

(現役ママボランティアチーム)

お申し込み：<https://www.kokuchipro.com/event/mamaiki279>

問い合わせ：mamaiki-shizu2019@outlook.jp

主催ブログ：<https://ameblo.jp/mamaikishizuoka/>

- ・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いたしかねます。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をお願いいたします。