

～レジリエンスな生き方・育て方～

呉地区

ストレスに強い子どもを育む親の講座

レジリエンス力（逆境力・折れにくい心）の高い子育てについて学び、その実践を通して、
親自身もストレスに強く生きるためのノウハウを学びます。

【時間】 12:30～14:30

【場所】 呉ポートピアパーク

【対象】 乳幼児～子どもの年齢問わず親 15人

【参加費】 1回 1,500円 【教材費】 500円

【託児】 10人 子ども一人 500円（7ヶ月～未就学児）

託児付き



全4回

講師:宇治木敏子



NPO 法人日本タッチ・コミュニケーション協会 理事長

呉市男女共同参画推進審議会委員

NPO 日本交流分析協会 准教授・交流分析士、TA 心理カウンセラー

インド政府認定ヨガ教師、安芸高田市専任メンタルヘルスカウンセラー

2000年より、「育児不安」「児童虐待」をテーマに、産婦人科医師らと研究を始め、日本で初めて

「ベビーマッサージのストレス軽減効果」を発表。NHK、共同通信社等を、全国に報道される。

2003年に法人化。現在は、「中高生の自己肯定感の低さ」「就労者のメンタル不調」「自殺」等、

現代の社会的課題解決に向けて活躍中。

第1日目 9月12日(月) 「折れにくい心の育て方『レジリエンス』とは？」

第2日目 10月17日(月) 「ストレスに強い心を育てる」

第3日目 11月14日(月) 「傾聴ワークとメンタルサポートの実践」

第4日目 12月12日(月) 「ストローク理論とストロークパーティ」

お子さまを
お持ちの方なら
どなたでも



主催: NPO 法人日本タッチ・コミュニケーション協会

〒730-0043 広島市中区富士見町 11-6 エソール広島 926 号室

ご予約は、090-1331-6869迄 お気軽にどうぞ！

E-mail: npojatc@msn.com

タッチ・コミュニケーション【検索】



共催: 呉ポートピアパーク友の会

後援: 呉市