

教えて敏子先生！！

親も子も幸せになれる「幸せ子育て」勉強会 ちょっと不思議な脳の話

ひとり親家庭の居場所「さえずりカフェ」勉強会



子どもたちの健やかな成長を願い毎日子育てで大奮闘している（ワンオペ育児の）お母さん、お父さん。「何でこうなるの?」「どうしていいのかわからない」とひとりでイライラしたり、悩んだり、自分を責めたり、子どもが可愛くなくなったり…。

我が子と心を通わせ、豊かな時間を過ごすために、ちょっと立ち止まり自分の子育てを振り返ってみませんか? 自身も3人の男の子を育てた経験のある先輩ママさんでもある公認心理師の先生と、ちょっと先輩お母さんの話から親も子も幸せになれる子育てのヒントを見つけましょう。

◆日時：令和7年7月13日（日）13：30～15：30

◆会場：きらめきプラザ2階「ゆうあいセンター研修室1・2」（岡山市北区南方2-13-1）

※後楽館高校北側（旧国立病院跡地です） 無料駐車場あります。お帰りの際、駐車券を渡します。

◆内容：お話しと体験談（セッション）（13：30～15：20）

自分を抱きしめて、かわいいわが子も抱きしめたいくなる。先輩お母さんのお話には、子育てのヒントがいっぱい！ちょっと立ち止まり自分の子育てを振り返る時間を過ごしませんか？

※岡山市のひとり親家庭支援制度についての紹介（15：20～15：30）

◆講師：濱田 敏子先生（公認心理師）

学校教諭や大学非常勤講師を経験した公認心理師。ガーデニングや登山やスキーが趣味という多彩でアクティブな面が魅力的なずっと話していただく素敵な女性です。

◆ゲスト：ひとり親の先輩お母さん（男の子・女の子2人を子育てちょっと卒業組）

◆参加費：無料

◆対象・定員：ひとり親家庭の親、子育てについてのヒントを知りたい方、支援機関の方 30名程度

◆託児：定員5人（無料 小学1年生まで）

※希望される場合は子どもさんの名前、性別、年齢を添えて必ず事前に予約してください。

◆申込方法

お名前・電話番号・所属（個人・団体・福祉会会員。団体の場合は団体名）・参加人数・託児希望の有無、聞きたいこと等を記入して次のいずれかの方法で申し込みをしてください。

ア 右の申し込みフォームから

イ 岡山市ひとり親家庭福祉会にメール又は電話で

e-mail：ok.boshikai@gmail.com

電話：086-230-3803（火・木曜日 10：00～15：00・日曜日 11：00～16：00）



◆申込メ切：令和7年7月10日（木）

※当日参加も可能ですが、会場準備・資料準備のため、事前にお申し込みをお願いいたします。

岡山市の委託事業「ひとり親家庭相談支援事業」の一環として岡山市ひとり親家庭福祉会が企画・運営。