

令和8年度

親子の時間が
ちょっと楽になる

ペアレント トレーニング



「優しくしたいのに、つい叱ってしまう」
「困った行動にどう対応したらよいかわからない」

など、悩むことはありませんか？
家庭でもチャレンジできる工夫や
お子さまへの声かけの仕方を
一緒に考えていく
プログラムです。

 **場所** つがる市生涯学習交流センター
松の館 1階会議室B

 **時間** 9時30分～11時まで

 **講師** 公認心理師 畑田千秋氏

 **対象** 概ね5歳～小学2年生までの
発達に関する診断がついている
お子さまをもつ保護者

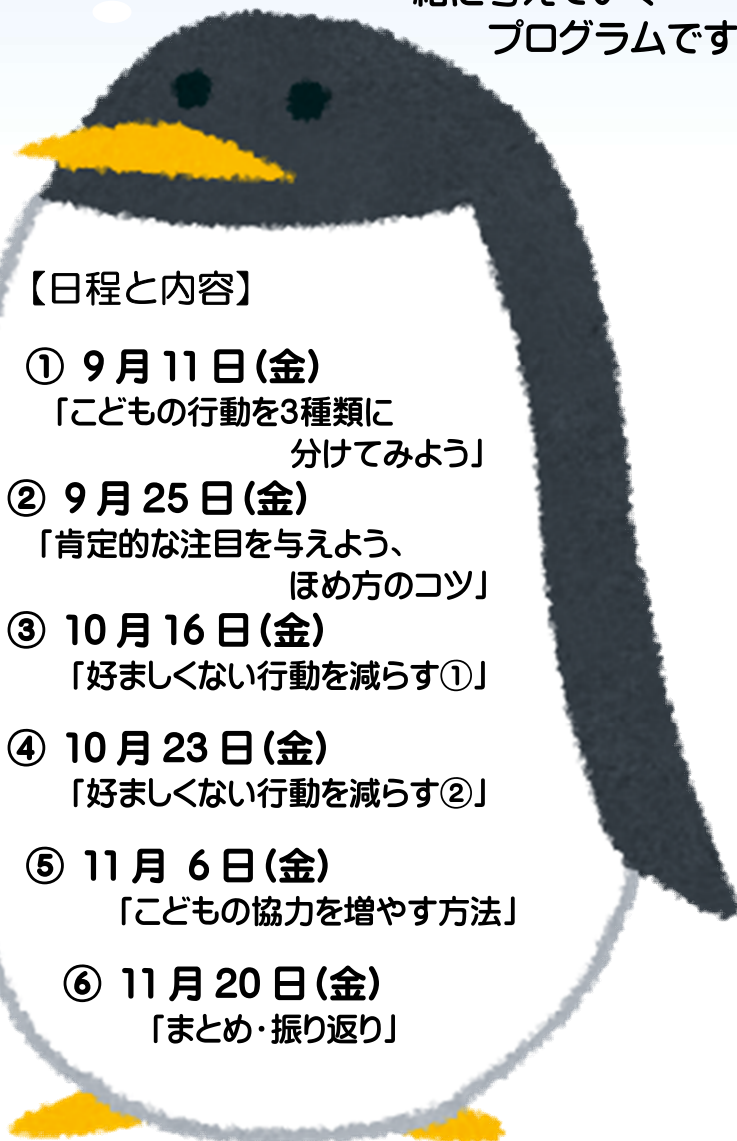
【先着8名】

※原則として6回連続の参加を
お願いします。

 **申込** 電話でお申し込みください。
締切は8月31日(月)です。

【日程と内容】

- ① 9月11日(金)
「こどもの行動を3種類に
分けてみよう」
- ② 9月25日(金)
「肯定的な注目を与えよう、
ほめ方のコツ」
- ③ 10月16日(金)
「好ましくない行動を減らす①」
- ④ 10月23日(金)
「好ましくない行動を減らす②」
- ⑤ 11月6日(金)
「こどもの協力を増やす方法」
- ⑥ 11月20日(金)
「まとめ・振り返り」



【申込・お問い合わせ】

つがる市子育て健康課(こども家庭センター)

電話 0173-42-2044