

静岡市子ども未来課 & NPO法人 place of peace
共催事業

気づくことを
大切にした
親のための
プログラム

完ぺきな親なんていない

参加費
無料

一時
保育付き

私らしい子育て 見つけよう!!

ノーバディーズ・パーフェクトプログラム

お子さまを預けて、自分自身の子育てを一度
立ち止まり見つめ直してみませんか？
テーマは毎回、皆さんの興味のあるものを取り上げます。
(途中ティータイムが入ります)
2人のファシリテーターが進行し、
皆さんの話しやすいプログラムを提案します。
お話しが苦手な方でも安心して参加できます。



日程 (火)	全6回・毎週火曜日
令和2年 1月 20日 (月)	9:45~11:45 (2時間程度) テーマの一例… ・しつけ (食事、スマホ、TV、トイレ) ・子どもを取りまく人間関係 (夫、義両親、ママ友etc…) ・これからの自分の将来 ・毎日の時間の使い方 ・ストレス (イライラ、もやもや) ・パートナーとの価値観の違い などなど
1月 27日 (月)	
2月 3日 (月)	
2月 10日 (月)	
2月 17日 (月)	
2月★25日 (火)	

(★ 注意：最終日は火曜日になります)

- ・会 場：健康文化交流館「来・て・こ」3階 和室
- ・対 象：0歳～6歳までの未就学児を持つ親で6回の参加が可能な方 10名程度
ノーバディーズ・パーフェクトプログラムへの参加が初めての方
- ・参 加 費：無料
- ・一時保育：プログラム中、お子さまを別室で保育させていただきます。
《協力：保育支援グループ こんぺいとう》
※ お子さまとの同室受講は出来ません。
※ 生後2ヶ月～3歳までのお子さまに限ります。
※ 一時保育料は、一律3,000円 (6回分) です。
- ・進 行：滝 和子 (NPJ認定ファシリテーター)
齋藤 千春 (NPJ認定ファシリテーター)
※市の担当者が会に同席することがあります。ご了承ください。

主 催：NPO法人 place of peace / 後 援：静岡市助産師会

NP(ノーバディーズ・パーフェクト)ってなあに？

ノーバディーズ・パーフェクトとは、多民族社会であるカナダで生まれ、それぞれの「自分らしい子育ての仕方」に気づくことを大切にした、親のためのプログラムです。

- ・週に1回2時間、子育て中の親が10人程度集まり、自分たちで決めた、関心のあるテーマについて話し合います。
- ・メンバーは6回ずっと一緒！他の親と助け合い、サポートしあえる関係作りを応援します。
- ・毎回ゲームを行ったり、必ずティータイムがあります。
- ・書いたり、聞いたり、話したり…パスもOK！
- ・参加者が安心して楽しく過ごせるよう、ファシリテーターが見守り、進行します。
- ・講座の間はお子さまは別室でお預かりします（同室は不可）

お申込み

(申込みフォームをご利用ください)



※申し込み締め切り
12月20日(金)

お問い合わせ

メール kazuko-t@sea.plala.or.jp

TEL 090-4111-5029 (滝)

※ こちらはお問い合わせ専用です。

(応募者多数の場合は抽選のうえ、受講決定通知を 12月26日(木)までに郵送にて連絡いたします)

お申込みに当たって以下についての入力をお願いします

- ① お名前(ふりがな)
- ② ご住所(〒含む)
- ③ 連絡先電話番号
- ④ お子さまのお名前、生年月日、性別、一時保育希望の有無
- ⑤ 子育ての中で、あなたが知りたい、聞きたい、困っていることなどがあればお知らせください
- ⑥ このプログラムを何で知りましたか？

◎ 健康文化交流館 「来・て・こ」

〒422-8021
静岡市駿河区小鹿2-25-45
電話 (054)202-4300

《バス》

- JR静岡駅北口 8B番のりば
美和大谷線「競輪場入り口」
- JR静岡駅南口 21番のりば
みなみ線「小鹿営業所」



NPO法人 place of peace

ぶれいすおぶ ひーす / 通称 pop (ぽっぷ)

<http://www.pop-s.org/>

団体名は「こころが平穏でいられる場所」という意味。子育て中の親が安心して過ごせる場所を見つけるお手伝いがしたいと願い活動しています。静岡市子育て支援団体連絡会加盟。