

一時保育付き

完ぺきな親はいない

参加費無料

# 私らしい子育ての仕方を見つけよう

【ノーバディーズ・パーフェクトプログラム】

普段はなかなか  
話せない  
深い話もできて  
スッキリ!!

悩んでいるのは  
私だけじゃないんだ。  
話せてよかった  
聞いて良かった!

泣いたり怒ったりしても  
イライラしないで、子ども  
の気持ちを一番に考えられ  
るようになった!

- ・日程 : 2017年 1月11日・18日・25日・2月1日・8日・15日 (全6回水曜日)
- ・時間 : 9:45~11:45 (2時間)
- ・会場 : 辻生涯学習交流館  
(静岡市清水区宮代町5番75号 電話 054-364-0234)
- ・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12名  
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 : ご希望により、プログラム中はお子さまを別室にて保育させていただきます。(保育支援グループすわん)。ただし生後6か月以降のお子さまに限ります。(お子さまとの同室は不可)  
託児料はお子様一人につき一律3,000円(6回分)です。
- ・進行 : 齋藤 千春 (NPJ認定ファシリテーター)  
滝 和子 (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。ご了承下さい。

## 日程(水)

## 内容(全6回)

- |        |  |
|--------|--|
| ①1月11日 | 参加者の皆さんにテーマを決めていただき、途中でティータイムをはさみながら、子育て中の悩みや関心事などを語り合います。 |
| ②1月18日 | 例えば...   |
| ③1月25日 | ・食事やTV、トイレなどのしつけについての事<br>・子どもを取りまく人間関係について                |
| ④2月 1日 | (夫、義両親、ママ友etc...)  |
| ⑤2月 8日 | ・これからの自分の将来について<br>みなさんの希望により内容は変わります。                     |
| ⑥2月15日 | 進行役であるファシリテーターが寄り添うので、お話しが苦手な方でも安心して参加できますよ!               |



●静岡市子ども未来課&NPO法人 place of peace共催事業

●後援：静岡市助産師会

●協力：保育支援グループ すわん



## 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、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12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・お問い合わせは・・・

- ①QRコード
- ②TEL 090-4111-5029（滝方）
- ③メール pop.kouza@gmail.com



## お申込みに当たって以下についてお知らせください

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、男女、一時保育希望の有無
⑤	お父さま・お母さまの悩み・関心事について 毎日の生活で困っている事、悩んでいる事、関心事などありますか？
⑥	このプログラムを何で知りましたか？

※申し込み締め切り 12月18日(日)

(応募者多数の場合は抽選の上、受講の可否を郵送にて、12月22日までにご連絡いたします)

◎ **辻生涯学習交流館**（静岡市清水区宮代町5番75号 電話 054-364-0234）

《バス》  
（JR清水駅西口）2番のりば・山原梅蔭寺線・梅ヶ谷市立病院線「はーとぴあ清水」下車

《徒歩》  
JR清水駅より約10分

**NPO法人 place of peace** <http://www.pop-s.org/>



ふれいす おぶ ぴーす・通称pop (ぽっぷ)/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。