

家庭教育支援協会主催
日本家庭教育学会認定家庭教育アドバイザーによる

「家庭」を幸せにするワークショップⅡ

～心とからだをほぐそう～

ワークショップ 10:30～12:30 (受付10:00～)

第1部 ロコモ体操

今や小学生でも現れるというロコモティブシンドローム(運動器症候群)を予防する
3つの運動方法を覚えて元気に歩ける足腰を維持し介護されない身体を目指しましょう。

講師:公益社団法人日本フィットネス協会認定 GFI 木村孝子

第2部 テーマ『成長に合わせたほめ方、しかり方とは…』 全体会担当:木村孝子

「俺は親に褒められたことがない」という息子。

そういえば私も子どもの頃に親から褒められた記憶がない？

褒められると大人でも嬉しくなります。自分が認められたと感じ自己肯定感が増します。

叱るときの基本は行為を叱り、人格を否定するようなことは言わない。ですが、感情的になって理性が働かないことも…

子育ては良くも悪くも親から子へと引き継がれ、親は育てられたように子を育てていきます。

ほんの少しの気づきと工夫が親としての成長を促し、子どもの笑顔を増やします。

全体会から引き続き、参加の皆様とのディスカッションへと進めていきます。

ファシリテーター:二川早苗、城条洋子、青山利江

日時:平成 26 年 11 月 8 日(土)開場:10:00

会場:ホテルラングウッド

(JR 山手線、京浜東北線、常磐線、京成線 日暮里駅南口改札徒歩 1 分)

* 駐車場は 15 分 100 円ですので、公共交通機関のご利用をお勧めいたします。

＜申し込み方法等＞

お申込みは jimu@kateikyouiku.com 宛にメールにて

「ワークショップ参加希望」と明記の上、

氏名、年齢、〒、住所、ご同伴者の有無をお知らせください。

開催日前日まで受け付けます。

ただし、定員 30 名になり次第締め切らせていただきます。

(預かり保育はありませんがお子様連れでも参加いただけます。)

お問い合わせは 03(3805)0604 木村まで

留守番電話に録音してください。折り返しご連絡差し上げます。



抜群の好立地 徒歩 1 分
日暮里駅南口改札

なお、参加費は無料です。