

新型コロナウイルス感染症の拡大の状況により、実施する催し物や施設の利用など、変更する場合があります。ご利用の際は、事前に各施設にご確認ください。

## 子育てひろば

### 親子遊びの場の提供

#### 子育てサロン♪ポレポレ♪

**日時** 4月12日(木) 10時～11時30分  
**場所** JAえひめ中央城南会館3階  
 中会議室  
**対象** 乳幼児と保護者  
**問** とべファミリー・サポート・センター  
 (ファミサポ) ☎ (962) 1988

#### ①園庭開放

**日時** 毎週火曜日・水曜日 9時～12時  
**対象** 乳幼児と保護者

#### ②ダビデ組

**日時** 4月23日(土) 9時～12時  
**対象** どなたでも

#### ①②共通

**場所** 愛育幼稚園  
**問** 愛育幼稚園 ☎ (962) 2224

### 砥部児童館、麻生児童館、ぽっかぽかの催し



砥部児童館  
☎ (962) 2868



麻生児童館  
☎ (958) 5187



ぽっかぽか  
☎ (958) 3405



とべ子育て  
元気ねっと  
Instagram

詳しくは各ホームページをご覧ください。



子育て

## 「楽しい子育てのためのペアレント・プログラム」

ペアレント・プログラムは、保護者が「楽しく子育てをする自信をつける事」、「子育ての仲間を見つける機会とする事」を目的とした全6回のペア・グループ活動コースです。

**開催期間** 5月～7月の間に6回  
**開催時間** 1回、60分～90分  
**対象** 3歳～5歳の子どもを養育している保護者  
**募集人数** 10人  
**申込期限** 4月22日(金)

- 第1回 現状把握表を書いてみよう!
- 第2回 行動で書いてみよう!
- 第3回 同じカテゴリーをみつけよう!
- 第4回 ギリギリセーフ!をみつけよう!
- 第5回 ギリギリセーフ!をきわめよう!
- 第6回 ペアプロでみつけたことを確認する!

### ●参加した保護者に効果が現れています●

●保護者の抑うつ状態が改善された。



●育てにくさを感じなくなった。

●子どもへの対応を難しく思わなくなった。



●子どもをほめることが増えた。

●子どもを叱ることが減った。



※日本語版ベック抑うつ質問紙 (BDI-II) ・養育スタイル尺度による測定

**申し込み・問い合わせ** 子育て支援課子育て支援センター ☎ (907) 5665