



令和8年度

無料

託児  
あります  
(要保険料)



楽しい子育てのための

# ペアレントプログラム

に参加してみませんか？

できるところを見つけてほめるコツを学びませんか？  
お子様の困った「行動」に悩んでいませんか？

## ペアレントプログラムとは？

子育てに難しさを感じる保護者の方がお子様の「行動」の理解の仕方を学び、「楽しく子育てができる自信をつけること」「子育てや仲間をみつける機会とすること」を目的とした全6回のプログラムです。ぜひご参加ください。

### ポイントは 行動で考える

行動のしくみを理解して子供に具体的にどのように行動したらよいかを導くコツを覚えましょう。

### キーワードは ほめる対応

がんばっているところ、努力しているところに注目。ほめ上手になってお子様と接してみましょう。

### シェアしよう 仲間づくり

同じ悩みを持つ保護者同士で子育てをともに考え、アイデアを出し合って毎日の生活に役立てましょう

保護者どうしがペアを組んで話し合いながら進めます。同じような悩みを持つ保護者が体験を共有するなかで、自分自身の理解も深まり、これからの子育てのパワーになっていきます。

ペアレントプログラムは「**子育ての応援プログラム**」です。保護者が子どもの特性を知って、かかわり方を工夫することで、子どもの発達にプラスの効果をもたらすことを目的としています。

- 対象者**：子育てに難しさを感じている、または子育てについてもっと知りたいと感じている保護者  
**定員**：10名程度（事前の申し込みが必要です）  
**場所**：須崎市総合保健福祉センター  
**講師**：児童家庭支援センター ひだまり 高橋 妙子 氏（社会福祉士、公認心理師）  
**時間**：午前10時から90分程度

★全6回の連続したプログラムですので、できるだけ全ての回へのご参加をお願いします。

# ●楽しい子育てにつながるポイントを学びます

ワークは全部で6回行われ、毎回スタッフの詳しい説明から始まります。隣どうしてペアを組み、自分や子どものことについて現状把握表を書いて進めていきます。ペアのワークでは、お互いに書いたものを見せ合い、自分に合うものを取り入れたり、真似したりして、みつけたことをグループで発表して共有していきます。



## 第1回

10月3日  
(土)

### 現状把握表を書いてみよう！

自分の「いいところ」「努力しているところ」「困ったところ」について「行動で書く！」ことに取り組みます。行動で表現するため、動詞で書いていきます。

## 第2回

10月17日  
(土)

### 行動で書いてみよう！

自分と子どもについて「行動で書く！」を進めます。「～しない」は行動でないため代わりに何をするのかを考えて「～する」に置き換えていきます。

## 第3回

10月31日  
(土)

### 同じカテゴリーをみつけよう！

ペアで相談し合いながら、書かれた行動に関して、同じ時間帯／同じ場所／同じ活動／似たような反応／などを同じカテゴリーにまとめていきます。

## 第4回

11月21日  
(土)

### ギリギリセーフ！をみつけよう！

「困ったところ」の中で、期待通りにはできていないけれど、どうにかできているという行動を「ギリギリセーフ」としてみつけていきます。

## 第5回

12月5日  
(土)

### ギリギリセーフ！をきわめよう！

自分の「いいところ」「努力しているところ」「困ったところ」について「行動で書く！」ことに取り組みます。行動で表現するため、動詞で書いていきます。

## 第6回

12月19日  
(土)

### ペアプロでみつけたことを確認する！

自分の「いいところ」「努力しているところ」「困ったところ」について「行動で書く！」ことに取り組みます。行動で表現するため、動詞で書いていきます。

★昨年度も須崎市でペアレントプログラムを実施しました。子育て中の悩みなどの共有の場となりました。

●昨年参加した保護者の感想です。

大声で怒ることが少なくなりました。  
いろんな機関や人に頼ることが大事だとわかりました！



他の子と比べてしまうことがあったけど、  
本人らしくできていることがたくさんある  
と気づくことができました！



お問い合わせ：須崎市福祉事務所 0889-42-1207（担当：丁野・濱田）