

令和 8 年度

親子はぐくみクラス



親子はぐくみクラスでは、保護者を対象に
ペアレントトレーニング（通称：ペアトレ）を実施しています。

ペアレントトレーニング(ペアトレ)って？

ペアレントトレーニングとは、保護者が子どもの行動に正しく対応するための方法や知識を学ぶためのプログラムです。

「どう関わればいいのか？」という悩みに寄り添いながら、子どもとの関わり方を一緒に考えます。

子育てでこんな風を感じたことはありませんか？

- 自分の育児は合っているのかな？怒りすぎ？ほめ過ぎ？
- もっと良い言い方や方法があったのかな…？
- 子育てが楽しくないと感じてしまう。
- 子どもの特性は、自分のせいなのかな。 など…



トレーニングを受けて、子どもへの関わり方を一緒に学んでいきましょう。
子どもの気持ちや行動が理解できると、日常の子育てがもっと楽しくなります！

参加者の声

ペアトレを受ける前と受けた後では子どもへの接し方の幅が広がったなと感じる。

子どものできていること、頑張っているポイントに目がいくようになり、ますますかわいく思える。

イライラする回数が減ったので子育ての辛さが軽減された。