

子どもも自分もラクになる

# 「どならない練習」

練習すれば…少しラクになる。少しマシになる。  
むずかしい理論や精神論をすっ飛ばして、体感だけで  
子どもへの“うまくいく”対応を習得！

すばらしい子育てよりも、  
ちょっとラクな子育てをめざして



勉強やスポーツ、音楽では本番前にいっぱい練習するし、自動車だって免許取得に向けて教習所で練習します。なのに、子育てには練習がなくて、なぜか「親」はいきなりぶっつけ本番の試合になるのです。スポーツや楽器にも練習が必要のように子育てにも練習は必要。具体的な場面での、ありがちな子どもの言動について、どう対応したらよいか練習することで、どなったり、ヒステリックになる場面が減っていきます。練習しておく、いざという時に使えます。最初はうまくいかなくても、練習しておくことで少しはうまくいくようになります。

高度な子育て講演会が高級車だとしたら、今回の講演会はママチャリくらいのイメージで、ママチャリに乗る感覚の気楽さで参加してみてください。

YouTube ライブ配信です。みなさんは画面の向こうで、ゆっくりリラックスしてご参加ください。

【日時】

**10月16日(日)10時~12時**

【申込方法】 申込〆切 10月14日

申込および参加にはインターネット環境が必要です。  
下記のいずれかの方法でお申込みください。

【メール】 [oki2022kodomo@gmail.com](mailto:oki2022kodomo@gmail.com)

1.名前 2.講演会名 3.電話番号  
4.お住まいの市町村名 5.職業 をご記入ください。



【Google フォーム】

QRコードよりお申し込みください。→



問合せ先:おきなわCAPセンター(平日:9時~17時)

電話: 070-6591-7159

いとう とくま  
講師 伊藤 徳馬 さん

(神奈川県茅ヶ崎市福祉部  
福祉政策課 課長補佐)

<略歴>

民間企業を経て、2004年に茅ヶ崎市役所に入庁。2007年から子育て相談・児童虐待担当になり、2010年に子どもへの対応方法を練習する講座を事業化。その頃から「市町村の児童虐待対応と予防、要対協運営、簡易なペアレンティングの講座展開」等の題で講座・研修を実施。現在は福祉の総合相談や計画を担当する部署に所属。著書「子どもも自分もラクになる『どならない練習』」(ディスカヴァー・トゥエンティワン、2020)

