

# イライラママから 卒業しよう!

ゲーム、YouTube をいつまでもダラダラ、宿題をグズグズ。  
そんなわが子にイライラして、爆発したり、ひとりで抱え込んだりしていませんか？  
心穏やかな子育てをしたいのに・・・。  
ママの感情コントロールについて、講師がわかりやすくお話しします。

2023年 **9** 月 **1** 日 (金)  
10:00~11:30 (受付開始 9:40より)

西地区センター (2階・小会議室)

JR線「横浜」駅下車、徒歩8分

講師：公益社団法人  
スコレ家庭教育振興協会 寺嶋 妙子



受講者特典  
個別相談 (無料) あります

受講対象：乳幼児期～思春期を迎えるお子さんの保護者

受講定員：10人 (申込み順/要・予約)

受講料：500円

問合せ先：三浦 TEL 090-9008-1917

メール yokohamachuo@schole.org



## <お申込み方法>

QRコードを読み取り⇒ ⇒ ⇒

お申込みフォームに必要事項をご記入の上、送信願います。

※受信制限をされている方は、予め、上記アドレスの受信設定を  
お願い致します。

※保育はございません。

※会場の規程に従い、感染症予防に配慮して開催致します。

今後の予定

11/2(木) 家庭教育講座  
金沢公会堂 多目的室

主催：  公益社団法人  
スコレ家庭教育振興協会 (<https://schole.org/>) 横浜地区実行委員会

— スコレ協会は生涯学習活動を全国的に展開している、内閣総理大臣が認定した公益法人です —