

悩めるお母さんへ イライラ子育て、さようなら

「育児や家事、仕事に追われて余裕がない」「子どもがいうことを聞かない」などなど。
ついイライラして大きな声を出してしまい、自己嫌悪に。 穏やかに子育てしたいのに…。
完璧でなくても大丈夫！ 「感情コントロール」について、講師がわかりやすくお話します。

2026年 **2月10日**(火)
10:00～11:30
(受付開始9:40～)

コミュニティふらっと永福
(3階・第3集会室)

杉並区永福3-51-17
京王井の頭線『西永福駅』北口より徒歩5分
京王バス『西永福』バス停より徒歩3分

受講対象：乳幼児～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

申込み：下記のQRコードより

問合せ：杉並地区事務局

TEL 080-1188-0244

メール suginami@schole.org

保育はありません。お子様の入室は、上記問合せ先にご相談ください。



「子育て応援券」使えます

お申込み
QRコード



オンラインセミナー(zoom 配信)

「ありのままの
わが子を受け止めて」

2月27日(金)

10:00～11:30

受講定員：10人

受講料：500円



スマホ・パソコンにて ZOOM を
インストールしてご参加ください。
受付け完了後、詳細をメールにて
ご案内します。

主催：  公益社団法人
スコーレ家庭教育振興協会 杉並地区実行委員会
<https://schole.org>

～スコー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～