

ママのための『感情リセット時間』

スコレ子育て セミナー

子連れOK
※保育あり

ちょっとしたことでイライラしたり

すぐ落ち込んでしまったり…

「うちの子、プレッシャーに弱いかも」

そんな我が子の姿を見て、胸を痛めていませんか？

こんな心配や悩みはありませんか？

小さな失敗や注意を
いつまでも引きずる

「どうせ無理」とすぐに
あきらめてしまう

子どもにイライラを
ぶつけてしまって自己嫌悪

＼ストレスに負けない子は、おうちの「関わり方」で育ちます／

<テーマ>

休日開催!!

ストレスに強い子に育てる

11月開催予定

11月12日

(長岡京市中央
生涯学習センター)

2026

10 / 4



10:00~11:30

(受付開始 9:40より)

島本町ふれあいセンター
(3階・第1学習室)

大阪府三島郡島本町桜井二丁目1番1号

受講定員 10名 (申込み順／要・予約)

受講料 500円

保育室 3階・第3学習室

保育料 500円 / 名

問合せ先 スコレ島本

このセミナーで学べること

- 1 ストレスの受け止め方を変える声かけ
- 2 自己肯定感という「心の防壁」
- 3 ママ自身の「心の余裕」づくり

「先輩ママ」が講師だから、話しやすい



mail osaka@schole.org

主催:



公益社団法人

スコレ家庭教育振興協会

<https://schole.org/>

島本町地区実行委員会

『スコレ協会』は1980年に設立され、内閣総理大臣が認定した公益法人です。
特定の宗教や政治に関わりなく、46年の歴史があり、
どなたでも自由に参加できる生涯学習団体です。』

後援: 長岡京市教育委員会 (申請中)



お申込みはこちら↓

※タップしても申込みできます。

