令和４年度　思春期セミナー

ストレスマネジメント

～思春期の子どもに向き合うために～

思春期の子どもを育てるストレスを日々感じていませんか？
難しい時期の我が子と向き合う気持ちのゆとりが必要だとわかってはいても、それが持ちにくい時期でもあります。
思春期の子どもを育てる親自身が、ストレスとの上手なつきあいかたをわかりやすく具体的に学び、自分自身の心身を整え、ストレス対処力をアップさせましょう。

【日時】　令和5年3月15日（水）13：30 ～ 16：00
（13：00 受付開始）

【会場】　枚方市総合文化芸術センター本館　創作活動室
（枚方市新町2丁目1番60号　京阪電車「枚方市駅」から徒歩5分）

【対象】　枚方市内在住・在職・在学の方（参加無料）

【講師】　フェリアン副所長　津村　薫 氏

【講師プロフィール】
子育て支援・子育て中の保護者のサポートに関わり、保護者対象講演や子育て支援者研修、執筆等に関わる。共著に「小学生の子育て」「親子でストレスに強くなる方法」「子どもの叱り方」（いずれも三学出版）「親から頼りにされる保育者の子育ち支援」（黎明書房）、その他多数
【フェリアン】
臨床心理学の研究機関・心理相談機関。カウンセリング、講師活動などを行っている。

【申込み・問合せ先】
●申込み　令和５年３月１日（水）から予約システム（LoGoフォーム）で受付。先着36名。※手話通訳は、3月7日（火）までに要予約。

予約フォームとHPはこちら

●問合せ先　枚方市教育委員会　教育政策課
TEL：050-7105-8056　FAX：072-851-1711
メール：kysoumu-ev@city.hirakata.osaka.jp

主催　枚方市教育委員会