



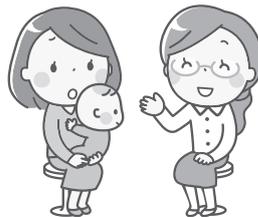
## 子育てに関する相談や教室のご紹介

牛久市では子育てに関する相談やお子さんへの関わり方などの教室を行っています。ぜひご利用ください。

### 子育て相談

予約なし

子育てをしていると、「赤ちゃんの体重の増えが気になる」、「子どものかんしゃくがひどい」、「子育てに疲れた」、「離乳食を食べなくて困った」、「歯みがきを嫌がる」など心配や不安、悩みが出てくると思います。お子さんの成長に合わせた対応方法について、保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士が月に1回ご相談に応じています。相談と同時に参加者同士の交流会も実施しています。



▲日程や持ち物など詳しくはこちら

### にこにこ😊子育て教室

予約制

嫌なことがあるとおもちゃを投げる

床で寝転んで泣き、しばらく泣き止まない



「にこにこ😊子育て教室」は、主に1歳6カ月～3歳前までのお子さんが成長とともに出てきた「かんしゃく」や「落ち着きのなさ」など、子育て中の困りごとについて他の参加者と共有したり、心理士・保健師からお子さんの関わり方へのコツなどをお伝えする教室です。

イヤイヤ期の子どものからだところの発達がわかると、関わり方のコツがみえてくるかもしれません。同じ年代のお子さんを持つ参加者同士で、楽しいことや困ったことなどをお話できる場でもあります。

### HAPPYトレーニング～ほめ方レッスン～

予約制

「HAPPYトレーニング」は、子どもに対してより効果的な対応の仕方(子育てのコツ)を練習する、1クール5回の教室です。3歳以上のお子さんを主に養育しているお父さん・お母さんが対象となります。

日々の子育てに少しでもコツをプラスすることで、親子の良い時間は増えていくかもしれません。教室では、参加者同士のロールプレイを交えて効果的な対応の仕方を練習します。

最近、怒ってばかり子育てって大変

なんで言うことを聞いてくれないの？



※事前に心理士による個別相談でお悩みの内容を確認させていただきます。教室参加ご希望の方は、まず下記へご連絡ください。

教室のほかにも心理士によるお子さんの発達相談も随時ご案内しています。相談の日程等はお問い合わせの際にご案内します。

【問い合わせ】牛久市子育て世代包括支援センター「すまいる」☎870-5657(直通)

※月～金曜日午前8時30分～午後5時15分(祝日および12月29日～1月3日を除く)

(保健センター内)

子育てに関するご相談などはメールでも受け付けています。お気軽にご利用ください。「すまいる」相談受付フォーム▶

