

# 令和8年度新座市ペアレントプログラム講習会のご案内

|     | 火曜日クラス        | 木曜日クラス        |   |
|-----|---------------|---------------|---|
| 第1回 | 令和8年9月1日(火)   | 令和8年9月10日(木)  | ※ 火曜日クラスも木曜日クラスも同じ内容です。どちらか都合が良い方にお申込みください。 |
| 第2回 | 令和8年9月15日(火)  | 令和8年9月24日(木)  |   |
| 第3回 | 令和8年9月29日(火)  | 令和8年10月8日(木)  |   |
| 第4回 | 令和8年10月13日(火) | 令和8年10月22日(木) |   |
| 第5回 | 令和8年10月27日(火) | 令和8年11月5日(木)  |   |
| 第6回 | 令和8年11月10日(火) | 令和8年11月19日(木) |   |

時間:10:00~11:30、会場:市役所  
持ち物 : 筆記用具、前回資料(初回は不要です。)、保育有の場合は飲み物、着替え、オムツ等

**募集期間** 令和8年7月1日(水)~令和8年7月21日(火)

**応募方法** 電子申請



お申込みはこちら!!



**対象者**

子育てに難しさを感じている中学生までのお子さんを育てている保護者で、各クラス全ての回に参加できる見込みの方

**定員**

各クラス10名(先着順。定員になり次第、受付終了します。)

**保育**

有(きょうだいの保育も可能ですので御相談ください。)

**費用**

講座、保育共に無料

**講師**

放課後等デイサービス きずなハウス新座  
公認心理師 酒井 千晶



**問合せ**

新座市役所 障がい者福祉課 ペアレントプログラム事務局  
〒352-8623 新座市野火止一丁目1番1号 新座市役所本庁舎1階

電話 048-477-6891

FAX 048-482-7725

担当 佐野、横山

※ キャンセルの場合も、こちらに御連絡ください。

ホームページもチェックしてね!

新座市 ペアプロ



# ペアレントプログラム

## ってなあに？

～1回90分、全6回の少人数プログラム～



みんなで悩みを話し、共有しながら、  
楽しく子育てできるコツを考えていきませんか？

### 第1回

自分のことについて  
書いてみよう！

まずは自分のことを  
知っていきましょう！

### 第2回

行動で書く！

お子さんの行動を  
「～をする」の形で  
表してみましょう！

### 第3回

同じカテゴリー  
を見つける！

行動を同じ種類で  
分けてみましょう！

### 第5回

ギリギリセーフ  
をきわめる！

困った！を  
困った！にさせない工夫  
やポイントを見つけて  
いきましょう！

### 第6回

ペアプロでみつけた  
ことを確認する！

振り返りの回です！  
前向きになれる  
ポイントをもう一度  
おさらいしてみましょう！

### 第4回

ギリギリセーフ  
を見つける！

これでもいいよね！  
ギリギリセーフだね！  
という行動を見つけて  
いきましょう。

## 〇昨年度参加のお父さん・お母さんの声〇

〇同じ悩みを持つ保護者と話せて気が楽になった！

〇日々の子育てを振り返り、自分の中のハードルを下げる事が出来た！

〇目からウロコの情報をたくさん聞けた！

〇なごやかな雰囲気に参加しやすかった！

悩みや苦しかったことが整理され、

少しでも心が軽くなれば・・・と思っています！

注※ペアレンティング・プログラムやペアレントトレーニングとは異なります。

あらかじめご了承ください。

