

実践で学ぶアドラー心理学 ～笑顔で子育てをするためにできること～



日時	2026年5月27日から7月8日まで(毎週水曜日) 午前10時から午後12時まで (保育利用の方は5月20日水曜日に保育説明会を行います)
場所	谷戸公民館 1階 学習室
対象	市内在住・在勤・在学の子育て中の人 (保育利用は在住者の方のみ)
講座定員	15人(申込み多数の場合は抽選)
保育定員	12人(生後6か月から就学前までのお子さん)
費用	材料費:200円(第3回ハーブティー講座分) 保育利用の方はおやつ代:480円(全回分)
申込み	5月13日水曜日午後12時までに、電話または申込みフォームで谷戸公民館へ ※期限を過ぎた申込みについては、お電話でご相談ください。

講座日程		内 容	講 師
☆	5/20	保育説明会	保育員 担当職員
1	5/27	オリエンテーション	担当職員
2	6/3	アドラー心理学とは	成瀬夕子
3	6/10	ハーブティーで癒しのひととき	下田祐治
4	6/17	子どもに関心を向ける	成瀬夕子
5	6/24	保育報告会、交流会	保育員 担当職員
6	7/1	イライラを減らすコツ	成瀬夕子
7	7/8	自分を勇気づける、最終回のまとめ	成瀬夕子 担当職員



谷戸公民館 西東京市谷戸町1-17-2
 tel: 042-421-3855 fax: 042-422-1321
 mail: yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp
 (第4月曜日休館)
 ※お問い合わせは月～金の平日午前8:30～午後5:00

