

令和8年度西部公民館 家庭教育学級

第1回無理せずアカ抜けするコツ教えます
～好きな色・似合う色～ (5月14日)
ルミエールカラーインスティテュー
ト代表 丸山 眞澄先生



🌸 とても興味深く1時間半があつという間でした。好きな色から性格診断ができて、本当にその通りで驚きました。



第2回メッセージカード作り (6月4日)
～大切な人に気持ちを伝える～
手作りカードインストラクター
小林 千津子先生



🌸 スタンプやビーズ、パンチなど身近にある物ででき、子どもとも遊びながら作れそうでした。

第3回シンプルライフ (6月18日)
～ECO 片付け～
エシカル片付け
のだ ゆうこ先生



🌸 家がゴチャゴチャしていると、心も同じという話が響き、要る物いらないものの仕分けから、親の模倣してもらい、子供の教育にもつながって欲しいと感じました。

第4回子育ての危機管理 (7月2日)
～事故等の事例と予防・対応(AED 他)
衣浦東部広域連合消防局
救命救急士 石原 孝二先生



🌸 映像で、ポイントの解説があり、とても分かりやすかったです。又、実際に体験する事も出来、知らない事も学ぶ事が出来て、よかったです。

第5回親の笑顔が子どもを元気にする！
親子ワクワク体操 (7月19日)
スタジオ DO 代表
高橋 千恵子先生



🌸 子どもと向き合って楽しむことが大切なんだと思わせていただきました。1時間半ずっと子どもが笑顔で楽しんでくれてうれしかったです。

第6回呼吸を整えるヨガ (9月3日)
インストラクター
小林 そら先生



🌸 普段の生活で呼吸を意識する事がないので深く呼吸する事がむずかしかったです。ポーズをとっていくと体が段々温かくなっているのが実感できました。

第7回現代アート鑑賞会
～ワイワイガヤガヤ作家さんと一緒に～
Artist (9月17日)
鳥巢 貴美子先生



🌸 作品の見え方が一人一人違って、どう見えているのか聞き合うのがおもしろかったです。

第8回ママ、パパ応援コンサート
～歌って踊ってリフレッシュ～
Duo ゴジウ～ (10月1日)
村主 まゆ MI 先生 (ピアノ)
村岡 千佳先生 (詩うたい)



🌸 家族の幸せを守れるのはママ。ママが優しくあれば家族が幸せになっていく。“優しさ”を出せるのは健康でいること。という言葉が心に残りました。