

令和7年度 昭林公民館 家庭教育学級 「ママに贈る自分みがき講座」

開催日 / 学習内容 / 講 師 / 学級の様子

第1回 5月22日(木) 講師:ライフコーチ 藤野 奈緒子
開講式:子育てコーチング入門~やる気スイッチのトリセツ~



第2回 6月5日(木) 講師:はぐくみサポートゆめたまご 稲垣 真紀子
自己肯定感を育む 子育てアンガーマネジメント



第3回 6月19日(木) 講師:手作りカードインストラクター 小林千津子
手作りカード作り



第4回 7月3日(木) 講師:おしゃべりピアニストひらめ (平松八江子)
ママの為のリラックスピアノコンサート(リクエストタイム付)~ママがしあわせ・みんなしあわせ~

