

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 (平松ハ江子)
ママの為のリラクスパiano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～

