

# 思春期子育て講座

(全5回)



思春期は子どもから大人へと成長していく上で誰もが通る過程。多感な時期の子どもにどう接したらいいのかわからず、お一人で悩んでいませんか？

本講座では、思春期の子どもたちとの関わり方を様々な視点から学び、理解するためのヒントをご紹介します。

日 時：10/8(木)・10/29(木)・11/12(木)・11/26(木)・12/10(木)

※すべての回にご参加いただくと理解が深まりますが、都合がつかない場合は、ご相談ください。

時 間：10：00～11：30

会 場：西奈生涯学習センター(リンク西奈)2階 第3集会室

対 象：10歳～中学生までの保護者 18人

持ち物：筆記用具

会 費：一人1,000円

申込方法：9月10日(木)10時～

電話で西奈生涯学習センターにお申し込みください。(申込順)  
※託児コーナーのご用意はございません。

《 お申し込み・お問い合わせ 》

静岡市西奈生涯学習センター 指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団

〒420-0911 静岡市葵区瀬名二丁目32-43

TEL：054-265-2468 <https://sgc.shizuokacity.jp/>

# 各回の内容

1回目(10/8)：思春期の子どもの特徴と親の対応(性教育の観点から)

講師: 松林 三樹夫 氏(松林カウンセリングルーム代表、心理カウンセラー)

2回目(10/29)：親子のコミュニケーション～心の柔軟性を高める  
トレーニング SET (Socio Energetic Training)

講師: 石渡 恵 氏(あい心理相談室代表、臨床心理士・公認心理師)

3回目(11/12)：思春期の子どもの食生活のポイント

講師: 長田 優子 氏(保健師、一般社団法人 Belle Life Style 協会認定講師)

4回目(11/26)：キャリア視点を活かす子育て

講師: 市川 久二子 氏(NPO 法人子育てサークルネットしずおか理事長)

5回目(12/10)：メディア、ネット、スマホ依存の害から子どもを守ろう

講師: 赤田 信一氏(静岡大学教育学部 准教授)

## ●交通のご案内●

### アクセス

- ・ JR静岡駅より しずてつジャストライン 竜爪山線  
瀬名新田行き/則沢行き/老人福祉センター行き 「瀬名リンク西奈前」下車
- ・ JR草薙駅より しずてつジャストライン 草薙瀬名新田線  
瀬名新田行き 「瀬名リンク西奈前」下車

※ 駐車場の台数には限りがありますので、なるべく公共の交通機関等でお越しください。

### ◆新型コロナウイルス感染症対策についてのごお願い◆

下記の事項を確認、ご了承の上、お申込みください。

- ① 講座当日、参加者の皆様には、マスクの着用をお願いします。
- ② 過去2週間以内に 37.5℃以上または平熱比1度超過の発熱、息苦しさや強いだるさ、軽度であっても咳や咽頭痛などの症状がある場合、感染が引き続き拡大している国・地域への訪問歴がある場合は、参加いただけません。
- ③ 感染症対策のため、参加者の氏名、緊急連絡先を記載した名簿を作成し、講座実施後1ヵ月保管。必要に応じて、保健所等の公的機関へ情報提供する場合があります。