



# おひさま 0・1・2

## 3月の講座のおしらせ

テーマ「子どもの気持ちに寄り添う子育て」  
— 気持ちを育てるコツ(情動調律) —

講師 文京区子ども家庭支援センター  
心理士の先生

日時 令和8年3月1日(日)  
午前10:45～11:45

定員 10組程度

今回は文京区子ども家庭支援センターの心理士の先生方をお招きして「情動調律」についてのお話をして頂きます。

お子さんの「気持ち」、ちゃんと受け取れていますか？

情動調律とは、相手の感情に気づき、寄り添い、安心感の中で関係性を築いていく力です。今回の講座では、子どもや周囲の人との日常のかかわりの中で、すぐに生かせる考え方と実践をわかりやすくお話して下さいます。

日曜日の講座ですので、是非お父さん、ご両親で参加して頂きたいです。皆様の御参加、お待ちしております。

お申込み予約は2月8日日曜日より  
受付開始！



※ お申込み・お問い合わせは、お電話でお願いします。

03-6902-0041 受付時間： 9:00～15:00 (日曜～木曜)

【運営団体】

特定非営利活動法人オアシス

