令和８年 10 月 30 日（金） 発表

NUMAZU CITY PRESS RELEASE

沼津市 報道取材情報

イヤイヤ期に振り回されない子育てのアンガーマネジメントについて学ぶ「カフェでゆったり子育て講座(秋期)」を開催します

要 旨

未就学のお子さんをもつ保護者を対象とした「カフェでゆったり子育て講座(秋期)」を開催します。

カフェのゆったりとした時間の中で、コーヒーなどを飲みながら、講師の話を聞いてイヤイヤ期が起きる仕組みや感情のコントロールのコツを学んだり、参加した仲間とおしゃべりして悩みを共有したりしませんか？

概 要

１ 日　　時　令和8年 11 月 30 日（月）10:00～11:30

２ 講　　師　現役ママ心理カウンセラー 緑川 法子先生

３ 内　　容　～もうイヤイヤ期に振り回されない～
子育てのアンガーマネジメント講座
※講師や講座内容などについては、別添のチラシを御参照ください。

４ 場　　所　cafe/day (沼津市沼北町１丁目 14-26)

５ 対　　象　未就学のお子さんをもつ保護者

６ 定　　員　先着 15 名

７ 参 加 料　100 円(1ドリンク)

８ 申込方法　申込フォーム ※11/9(月)8:30 から募集開始

９ そ の 他　詳細は、市ホームページを御確認ください。
子ども同伴の受講可(託児はありません)。



お問い合わせ先

沼津市役所 教育委員会事務局 生涯学習課
直通:055-934-4870

Proud NUMAZU

カフェでゆったり 子育て講座



自信がもてる子育て講座
(秋期特別回)

～もう、イヤイヤ期に振り回されない!～
子育てのアンガーマネジメント講座

カフェ開催の子育て講座　**受講者募集!!**

【講師】

小５・中２の男の子の現役ママ

心理カウンセラー

緑川 法子 先生



【先生からのメッセージ】

休みのない育児疲れと母親としての責任感からイライラ&ガミガミを繰り返してしまう。「そんな自分がイヤだ」と感じている方へ。

お子さんの年齢が近いママたちと一緒に悩みを共有しながら、イヤイヤ期が起きる仕組みと感情コントロールのコツを学びましょう。

【開催日時】**11 月 30 日(月) 10:00～11:30**

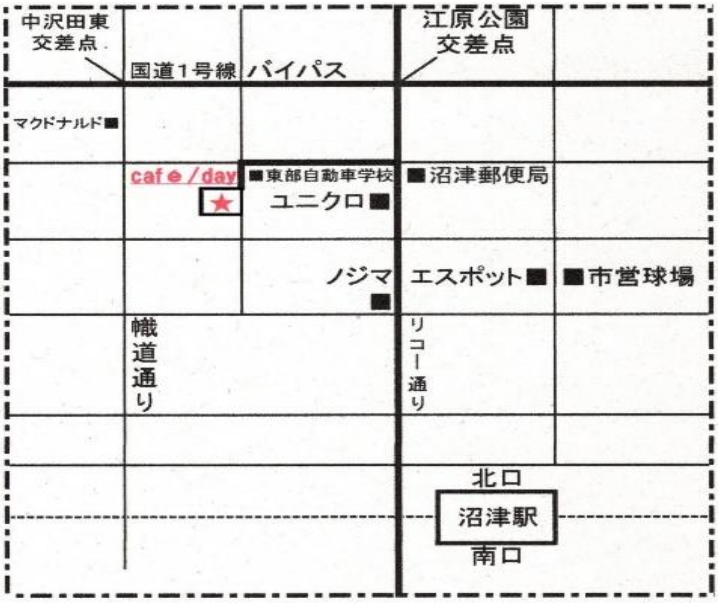
【対　　象】**未就学のお子さんをもつ保護者**

※対象以外の方の申込は、抽選となります。

【場　　所】…**cafe/day**

沼津市沼北町１丁目 14-26

※駐車台数に限りがありますので、公共交通機関の利用や、時間に余裕をもった来場を御検討ください。



【参 加 費】…１００円(１ドリンク)

【募集人数】…15 名(先着順)

※後日、メールにて参加の可否をお知らせします。

【申込開始】…***11 月 9 日(月) 午前 8 時 30 分から***

電子申込のみ*(電話受付は行いません)*

右記 QR コードより申請 →→→→→

【そ の 他】***子ども同伴での受講が可能****です。*

※託児はありません。

主催：沼津市生涯学習課(市民学習係)

(問い合わせ)TEL 055-934-4780