

# 子どもにイライラした時の 保護者・支援者の感情コントロール法

子育てをしていたらイライラしたり、ストレスを感じたことはありませんか？感情をコントロールすることで、ゆとりを持って子どもに接することができるようになりたい、子どもと向き合えるようになりたいと思いませんか？

当日は、余裕がない時の大人の感情コントロール法について、お話しいただきます。

日 時：令和8年1月28日（水） 14：00～16：00

会 場：阿倍野区役所 2階 大会議室

定 員：先着100名 ※参加費無料

対 象：保護者、子育てに関わる方、関心のある方

申込み：令和7年11月15日（土）～ 令和8年1月14日（水）

無料で預かり保育もあります。

1歳から就学前のお子さま（区内在住の方）で  
定員10名程度です。（申込みが多数の場合抽選）

希望の方は12月19日（金）までに申込みください。



講演会、預かり保育の申込みは、  
行政オンラインシステムから  
お願いします。

※申込みができない方は、  
問い合わせ先へご連絡ください。

講師：伊丹 昌一先生



梅花女子大学

心理こども学部心理学科 教授

