

この江東区子育てハンドブックはおもに妊娠中の方や未就学児のお子さんをもつ保護者向けの情報が入っています。ぜひご利用ください。

江東区の子育て

気軽に相談しよう

妊娠がわかったら

赤ちゃんが生まれたら

こどもが通う施設

子育てをちょっと手助けしやすくしたい

こどもとお出かけ

子育てについて

ひとり親の方へ

障害・疾病のためのお子さんのために

こどもらふ



2023江東区

# 子育て ハンドブック



妊娠中の方や3歳までのお子さんをもつ保護者向けに江東区では  
こんにちは赤ちゃんLINE(マタニティ・産後)を配信しています。  
ぜひご利用ください。詳しい内容はP7、8をご覧ください。

こんにちは赤ちゃんLINE



# 子育てについて学びたい

江東こどもまつり  
イメージキャラクター  
「カッコン・ユウちゃん」



## 子ども家庭支援センター(みずべ)で行っている講座



子ども家庭支援センター(みずべ)では、これから子育てを始めるプレママ・プレパパから、子育て真っ最中の保護者の皆様向けに、様々な子育て講座を開催しています。講座の内容や予定など、詳細は各センターにお問合せください。各センターの場所はP13、14をご覧ください。

### ■講座例

- KOTOのHappy-子育てトレーニング(愛称:はびトレ)
- パパとベビータッチングケア
- イヤイヤ期どうしてる?
- 自然と遊ぶ
- マタニティヨガ

## 教育委員会で行っている講座



お子さんが幼児から中学生までの保護者がこどもの成長や親の役割を学ぶ講座です。確かな知見と情報、友達との交流により子育ての不安を解消します。詳しくはホームページをご覧ください。

### ■講座例

- 幼児の親の家庭教育学級
- 年長児の親の家庭教育学級
- 小学生の親の家庭教育学級
- 中学生の親の家庭教育学級
- PTA・父母の会等による自主企画「地区家庭教育学級」

## 男女共同参画推進センターで行っている講座



男女共同参画推進センターでは、子育て中に学びたいママ・パパに向けて各種学習講座を開催しています。(保育あり。お子さんと一緒に別室でライブ映像を受講出来る講座もあります。)最新の講座情報はホームページをご覧ください。

(右上の二次元コードから、講座情報ページにアクセスできます。)

### ■講座例

- 江東区パルカレッジ
- 家族をまるごと笑顔に!  
パパのHappy-子育て講座  
～家庭内コミュニケーション&寝かしつけ～
- 先輩パパはどうしてる?  
男性育休のリアルを知ろう!話そう!
- 子育て世代が知っておきたい!介護と子育ての両立～今日から備えるダブルケア～
- 我が家を「居心地の良い場所」に!  
～夫婦のコミュニケーション講座～

江東区の子育て

気軽に相談しよう

妊婦がわかったら

赤ちゃんが生まれたら

こどもが通う施設

子育て支援サービス

いよいよお出かけ

子育てについて学びたい

ひとり親家庭の方へ

障害・疾病のため

こどもらOS

## ～KOTOハッピー子育てトレーニング講座～

「KOTOハッピー子育てトレーニング講座(愛称:はびトレ)」は、どなたたりたたりせず、お子さんと向き合って伝えるしつけ方法を学ぶ講座です。ロールプレイなどを交え、すぐにご家庭で活用していただける実践的なスキルを学ぶことができ、しつけで困っている方におすすめです。他の保護者の方と一緒に受講することで、悩みを相談できる仲間もつくれます。



### ■カリキュラム

1. 連続編 本編6回+フォローアップ1回でステップを踏んで学びます
2. 入門編 1回の講座でエッセンスだけを学びます

### ■対象者

区内在住で3歳児～未就学児を子育て中の方

※言葉のやり取り・会話ができるようになったお子さんが対象の内容

### ■募集

連続編は区報・区ホームページ等で募集記事を掲載

※入門編は子ども家庭支援センターや保育園で随時開催



### 受講者からの感想

- \* 子育てのイライラが軽減された気がします。毎日楽しく子どもと過ごすヒントを教えてくださいました。
- \* 受講前は育児で追いつめられて苦しかったのですが、他の参加者の悩みを聞き、学んだスキルを家で実践しているうちに気が楽になり感謝しています。
- \* 講座を受けたことで、自分が変わり、子どもを尊重しやさしく接することができるようになりました。
- \* ロールプレイを交えた内容で、また、家で実践する宿題があり練習ができたので、効果的にスキルが身につきました。
- \* 他の参加者と意見交換することにより、自分だけだと気づけなかったことを知ることができ、参加して本当に良かったと感じています。

