

事業名	「余裕を持って子育てするために」ワークショップ リラクゼーション講座「ヨガとティータイムでリフレッシュ」
団体名	NPO法人 いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい（水戸市）
連携・協働団体	あゆみ園、茨城県私立幼稚園PTA連合会（古河地区・下妻地区）
事業のねらい	しつけは方法を誤ると虐待になりかねないことから、子どものしつけ、カッとしたいで済む子育ての方法を講師から紹介し、参加者に考え、行動してもらうための講演会、ワークショップを実施する。
活動の内容	<p>1. リラクゼーション講座「ヨガとティータイムでリフレッシュ」 日時 平成25年11月5日（火）10:00～12:00 場所 水戸市福祉ボランティア会館 ミオス 対象 乳幼児を子育て中の育児ストレスや悩みを抱える母親 16名</p> <p>2. 講演会＆ワークショップ 「楽しく子どもと育っていくために」 日時 平成25年11月12日（火）10:00～12:00 場所 あゆみ園（水戸市） 参加 保護者等 32名 講師 児童養護施設ひなた グループ長 関 貴教 氏</p> <p>3. 講演会「グループホームから考える子どもとの関わり方」 日時 平成26年2月1日（土）10:00～12:00 場所 坂東市総合文化ホール ベルフォーレ 参加 保護者、幼稚園教諭等 100名 講師 児童養護施設ひなた グループ長 関 貴教 氏</p>
効果及び自己評価	<ul style="list-style-type: none"> リラクゼーション講座では、託児もあり、子どもと離れて自分の時間を持つことができ、リフレッシュできたとの感想が多く、好評であった。 あゆみ園では、講演の後にワークショップを行うことで、受講者の実体験や心の内を話し合うことができた。今後の子育てに前向きな気持ちになっていただくことができ、大変好評に終えることができた。 県西地区では、講演会を聴いて、子育てには心の余裕を持つことが大切ということを実感して、すぐに実践できそうだとの意見が多かった。親や保育者の気持ちが変わり、子どもも変わることがよく伝わった内容の講演会となった。
問合わせ先	〒311-4143 水戸市大塚町 1866-102 NPO法人いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい 理事長 坂本 博之 TEL 029-309-7690
活動の様子	 