



# 働くママのための 子育てコーチング

## ～イライラしない子育てのコツ、教えます～

働いているからこそ、子どもとの時間を大切にしたい、そのために  
毎日心健やかに子どもと楽しく過ごすには？



毎日とっても忙しい「ママ」は仕事と家事と育児の時間との戦い。そんな中、子どもが言うことをきかないとつい叱ってしまったり、イライラして子どもにあたってしまったり。そしてそのあとは自分で後悔してしまったり。そんな悪循環からは1日も早く抜け出したいですね。子どもとの「対話」には、ママが押さえておくことができるポイントがたくさんあります。それは「コーチング」の手法を取り入れることで「コツ」にもなりえます。さあ、あなたも今日からイライラママさんからすっきり卒業しましょう。

### 講師紹介 原由美(はら ゆみ)

航空会社客室乗務員として年間10万人以上のお客様と接するなかで、おもてなしやコミュニケーションのスキルを磨き続けてきた。退職後は3人の男の子の母親となる。子どもが成長するにつれ自身の子育てに疑問を感じ、コーチングを学ぶ。現在は母親が自分らしく子育てを楽しむ為の活動を行っている。

- ◆日本サービスマナー協会認定講師
- ◆マザーカレッジ認定講師(コーチング)



**会場** : アートフォーラムあざみ野(男女共同参画センター横浜北)会議室1  
東急田園都市線・横浜市営地下鉄「あざみ野」駅徒歩5分

**日時** : 2018年2月17日(土)10:00～12:00 (受付9:45～)

**参加費** : 2,000円(税込)

**定員** : 15人(女性限定)  
※「働いているママ」「子育てコーチングを学びたいママ」であればどなたでも参加OK

**申込方法** : info@eigyobu-joshika.jp(メールにて先着順)

**保育** : 1歳6カ月～未就学児(予約制・有料)  
※4日前までに子どもの部屋045-910-5724へご予約下さい。  
※経済的に困難な事情がある横浜市内在住・在勤・在学の方には、保育料が免除される制度があります。  
詳細は電話 045-910-5700へお問合せください。



※駐車場は予約制(有料) 電話:045-914-5910

### 企画実施:一般社団法人営業部女子課の会

※この事業は、横浜市男女共同参画センター(男女共同参画センター横浜北)との協働事業として実施します。  
※提供された個人情報、今回の事業実施のみに利用し、その他の目的で利用することはありません。