

R7 年度 焼津市

ペアレント・プログラムへ (ペアプロ) ようこそ！



問い合わせ

こども家庭センター

(こども相談課 発達支援担当)

焼津市本町5丁目6番1号

054-626-1165



ペアレント・プログラムは、子育てに難しさを感じる保護者の方が、
お子さんの「行動」の理解の仕方を学び、
楽しく子育てする自信をつけること
子育ての仲間を見つける機会とすること
を目的とした、全 7 回のプログラムです。



日 程

令和 7 年 5 月 27 日、6 月 10 日、6 月 24 日、7 月 8 日
7 月 22 日、8 月 5 日、11 月 4 日（いずれも火曜日）

時 間

10時00分 ～ 11時30分（終わりの時間は前後することがあります）

会 場

焼津地域交流センター 和室 1、2（託児 和室3）

持ち物

筆記用具、前回記入した現状把握表（2 回目以降）

対象

主に 3 歳から 9 歳のお子さんの発達について心配を抱える保護者の方

申込期間

令和 7 年 5 月 7 日（水曜日）～5 月 20 日（火曜日）

申込方法

上記期間に、申し込みフォーム(<https://logoform.jp/f/e6KYH>)

もしくは、こども家庭センターへ電話（626-1165）にて

申し込みフォーム⇒





○プログラムの内容○

第 1 回 現状把握表を書く！

現状把握表を使って、自分の「いいところ」「努力しているところ」「困ったところ」について、「行動で書く!」ことに取り組めます。

第 2 回 行動で書く！

自分と子どもについて、もっと具体的に行動で書いてみます。

第 3 回 カテゴリーに分ける！

文字に起こした、たくさんの行動を整理することに取り組めます。



第 4 回 ギリギリセーフをみつける！

「困ったところ」の中で、期待通りにはできていないけれど、どうにかできているという行動を「ギリギリセーフ」として見つけていきます。

第 5 回 ギリギリセーフをきわめる！

いつ/どこで/誰と/何をしている/と困った行動が起きるのか?を考えます。その逆が、「ギリギリセーフ」となりやすいことも学びます。

第 6 回 ペアプロでみつけたことを確認する！

今までの取り組みを振り返り、1 回目からの変化を確認します。

第 7 回 ペアプロでみつけたことを思い出す！

プログラムが終了してから最近までの子どもの様子や自分のことなどを共有します。また、内容についての簡単な振り返り、現状把握表の作成をしながら、ペアプロの考え方を思い出します。





○毎回のプログラムの流れ○

1. 講師より講話

今回学ぶ内容について、分かりやすいエピソードと共に学びます。

2. 個人ワーク

現状把握表にそれぞれ書き込みます。現状把握表には、【自分編】と【子ども編】があります。わからないことがあれば、講師や周りのスタッフに気軽に聞いて下さい。

3. ペアワーク

隣の方とペアになり、お互いの現状把握表を見てみましょう。気づいたことについて話をしたり、真似ができることを取り入れたりしましょう。



4. みんなで共有

現状把握表に書いてあることを、参加者みんなで共有しましょう。アットホームな雰囲気の中で、書いてあることを順番に発言していきます。発表する内容は、＜現状把握表の「いいところ」＞や＜ワークを行って変わったこと＞など毎回違いますが、ペアワークの前にお伝えします。

5. まとめと宿題について

その日に学んだことを振り返りましょう。宿題の種類として、例えば、現状把握表に書き込みをしていくワーク、子どもの「いいところ」を褒める実践編などがあります。宿題を行うことで、生活の中で使える力として身に付いていきます。





○参加した保護者の方からこんな声が聴かれています○

ただ単にほめるのではなくより具体的にほめることでほめられた側の受け取り方もちがうのだと実際に体験できました。



自分が全然できてないと思った中にも出ていることがあるんだと認識できました。書き出してみることで改めて困っている事が分かりました。



今まで見つからなかったことの考えを、見つけることが出来る講座でした。

ペアプロで学んだことを自分の生活で使っていくと自然と子どもとの関係がよくなりました。

参加者の方が同じような悩みをもっていて、気楽に相談したり話せてとても気持ちが楽でした。

スタッフの方も話しやすい雰囲気だったので、はじめは緊張していましたが、回を重ねるごとに段々慣れてきました。ありがとうございました。





○プログラムの宿題について○

ペアレント・プログラムでは、毎回宿題が出ます。講座終了後 11 時 50 分までは任意参加の質問タイムとします。宿題に取り組む、不明点を解決する機会としてご利用下さい。また、別日に「復習しながら、みんなと話しながら宿題をやりたい」という方のために宿題実施日を設けています。こちらも参加は任意ですが、講座と合わせてお気軽にご利用下さい。

日 程

令和 7 年 6 月 3 日、6 月 17 日、7 月 1 日

7 月 15 日、7 月 29 日（いずれも火曜日）

時 間

10時00分 ～ 11 時 30 分の間で都合の良い時間

会 場

アトレ庁舎 2 階 相談室3（※講座とは場所が異なります）

