



# 子育て相談課だより

暑い日が続いています。セミの鳴き声に青空がまぶしい季節、いかがお過ごしでしょうか



夏休みに入り、お子さんと過ごす時間が増えた方もいらっしゃると思います。

こんな遊びが好きなんだと発見があったり、こういうことができるようになっていたんだと成長に気づくことがあるかもしれませんね。

また、対応に困るような場面に直面し、イライラしたり、「これでいいのかな？」とご自身の対応に不安を感じたりすることがあるかと思ひます。

ほんの少しの時間でも、読書する、好きな音楽を聴く、好きな飲み物や食べ物を口に入れる、お気に入りの場所でくつろぐなど、ご自身に合ったリラックス方法で気分転換をはかってみてください。ご自身のことも大事にしてくださいね。



お子さんとのかかわり方で困っていたり、悩んでいることがあれば、お気軽にお電話ください。また、8月1日～以下の2つの子育て支援プログラムの募集が始まります。ぜひお役立てください。お申し込みは、家庭児童相談室までお電話ください。



## ◇すまいる☆あっぴ ～子どもを知ろう～

子どもの理解の仕方、ほめ方や伝え方のコツ、イライラや怒りとの上手なつき合い方などについてグループで学び練習します。

## ◇はっぴい♡ステップ ～おこってばかりにさようなら～

子どもに必要なことを伝え、教えていく方法を練習します。おこる回数を減らし、ストレスの少ない親子関係を目指します。

♥子育ての悩みや心配・子どもとの関わり方・家庭内のご相談は・・・

### 家庭児童相談室

電話 048-259-9005

住所 川口市青木1-5-1 川口市役所第二庁舎 3階



♥「かんしゃくが強い」「落ち着きがない」「集団になじめない」など、お子さんの発達のご相談は・・・

### 子ども発達相談センター「るるる」

電話 048-259-9048

住所 川口市青木3-17-11 青木三丁目分室 2階

