



# Zoomによる オンライン講座

## 子どもの 思春期を 心穏やかに 迎えるために



■講師■ 臨床心理士 公認心理師  
花澤佳子さん

思春期の子どもたちの子育てに、不安やイライラを感じる  
こと、ありませんか？

みんな子育て中は悩みが尽きません。子どもの成長過程や  
子どもたちを取り巻く環境について知り、お互いが苦しく  
ならない接し方や過ごし方を考えます。

みんなで“ホッ”と一息しませんか？

連続3回講座

4/22、5/13、6/3(各木曜日)

10:00~12:00

対 象 Zoomで参加可能な、  
小学生以上の子どもを持つ保護者  
定 員 15人 (応募者多数の場合は抽選)  
参加費 無料  
参 加 Zoomを使用し、ご自宅等から

申込締切

3/31 (水)  
必着

■申込み方法■

メールでお申し込みください

主催：千葉市生涯学習センター

～子どもの思春期を心穏やかに迎えるために～ 講座スケジュール

	日時・会場	テーマ	学習内容
1	4月22日(木) 10:00～12:00	「思春期概論」① 	思春期とはどんな時期の事か、子どもの心と体の成長を知り、具体的な思春期の子どもの言動の意味づけと親のとらえ方・対応の仕方などについて学びます。
2	5月13日(木) 10:00～12:00	「思春期概論」②	第1回に引き続き思春期のお話と、デジタルツールの今を知り、使い方と対応についていっしょに考えます。 困ったときの相談窓口情報や本の紹介もあります。 
3	6月3日(木) 10:00～12:00	「思春期概論」③	第1～2回目を踏まえて皆さんからの質問にお答えしながら、まだまだ続く思春期に寄り添うためにできることを考えます。

■ 講師 ■



花澤佳子 (はなざわよしこ)  
臨床心理士 公認心理師  
大学院2年次より千葉県立こども病院に勤務。以来、いろいろな場所で臨床を経験し、現在は、千葉市、船橋市を中心に母子保健、HIV相談、学生相談など行っている。

◇対象/定員

Zoomで参加可能な  
小学生以上のお子さんの保護者/15人

◇Zoomによるオンライン講座

◇申込み

メール [manabi.kouza@ccllf.jp](mailto:manabi.kouza@ccllf.jp)  
HPから <https://chiba-gakushu.jp/>

◇応募時記載事項

- ① 講座名「思春期講座」
- ② 参加される方のお名前 ③ 住所
- ④ 電話番号 ④ お子さんの年齢  
(詳細はHPをご確認ください)

◇問合せ 千葉市生涯学習センター TEL : 207-5820

申込締切  
3/31(水)

お申し込み後  
4日を過ぎても  
応募受理の  
連絡がない場  
合は、必ずお  
問い合わせく  
ださい。

～ご応募の前にお読みください～

①本講座は「Zoom」というウェブ会議システムを使ったオンライン講座です。受講の際に必要な機材の用意やアプリのダウンロードはご自身で行っていただく必要があります。  
また、Zoomの利用料は無料ですが、ダウンロードや利用時にかかる通信料は各自でご負担いただきます。

【必要な機材】

- パソコン又はタブレット・スマートフォン
- マイク・スピーカー・ウェブカメラ(内蔵されている場合はいずれも不要)

②本講座は一方的なライブ配信ではなく、ご希望により参加者の方にも発言していただく双方向型の講座です。

③講座中の録音・録画・撮影はご遠慮ください。