子育てを楽しむために

ー子どもも自分も愛おしいと思えるようにー

日本女子大学 人間社会学部心理学科 教授

講師 塩﨑 尚美 先生



【略 歴】
上智大学文学部心理学科を卒業後、浜松医科大学臨床心理研修生を経て、病院やクリニックでの臨床に携わる。お茶の水女子大学大学院人間文化研究科博士課程単位取得満期退学。
相模女子大学学芸学部人間社会学科講師、准教授を経て現職に至る。

子育ての不安やストレスは何によって生まれてくるのでしょうか。それは、子どもの将来に責任を感じたり、周りからの評価が気になってしまうことが原因となっていることが多いです。子どもは、成長する力をもっています。親は、その力を信じて、今、目の前の子どもが何を求めているのかを感じ、それに応えること、その積み重ねで子どもは成長していくことができます。子どもが関わりを求めてきたタイミングで関わること、その瞬間は、しっかり向き合うことがコツです。そして、もう一つは、子どもの成長は時間がかかることを理解して、「待つ」ことです。結果がすぐに現れないことで自信を失う必要はありません。ゆっくり構えて待っていると、子どもが成長した姿をとても愛おしく思えるはずです。本講座では、子育てを楽しいと思えるようになるための子どもとの関わりをご紹介します。

配信方法 **赤穂市ホームページのリンク又はORコードよりアクセスしてください。**
http://www.city.ako.lg.jp/kenkou/hoken/meijiyasuda_semina.html

配信日時 **令和8年11月1日（日）9時 ～**
令和8年11月30日（月）17時

備　考
・本講演の録画・録音・撮影、および資料の二次利用、詳細内容のSNSへの投稿は固くお断りいたします。これらの行為が発覚次第、著作権・肖像権侵害として対処させていただくことがございます。
・動画視聴に必要な通信料は、視聴される方のご負担となります。

主催：赤穂市

共催：(公財) 明治安田こころの健康財団

※赤穂市は明治安田生命保険相互会社と健康づくりにおける連携・協力に関する協定を結んでいます。

お問い合わせ
赤穂市保健センター
〒678-0176　赤穂市南野中321番地
TEL:0791-46-8701
FAX:0791-46-8705