

主催：世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」、世田谷区

ペアレント・プログラム

このペアレント・プログラムは、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、いっしょに子育てする仲間を見つける機会
 を目的とした、全 6 回のプログラムです。



参加費無料

■日程：いずれも土曜日、10:00~11:30

	日付	内容
第 1 回	5 月 9 日	現状把握表を書いてみよう！ 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！」ことを取り組みます。行動で表現するため、動詞で書いていきます。
第 2 回	5 月 23 日	行動で書いてみよう！ 自分とお子さんについて「行動で書く！」活動を進めます。「～しない」は行動ではないため代わりに何をするのかを考えて、「～する」に置き換えていきます。
第 3 回	6 月 6 日	同じカテゴリーをみつけよう！ ペアで相談し合いながら、書かれた行動に関して、同じ時間帯/同じ場所/同じ活動/似たような反応などを、同じカテゴリーにまとめていきます。
第 4 回	6 月 20 日	ギリギリセーフ！をみつけよう！ 「困ったところ」に関して、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」としてみつけていきます。
第 5 回	7 月 4 日	ギリギリセーフ！をきわめよう！ いつ/どこで/誰と/何をしている/と、困った行動がおきるのか？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	7 月 11 日	ペア・プロでみつけたことを確認する！【修了書授与】 ペアで現状把握表を検討して、今までの取り組みを振り返り、「自分ができてきたこと」を確認します。「行動で見る」ことの大切さを学びます。

■対象：世田谷区在住で発達障害またはその疑いのあるお子さん（高校生まで）の保護者

■定員：先着 10 名

※令和 7 年度に「げんき」でのペアレント・プログラムを受講されていない方、及び、申し込み時点で全回参加できる方を優先させていただきます。

■場所：世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」会議室（大蔵 2-10-18）

■参加決定通知：**4月24日(金)**を目安に、書面にてご自宅へ決定通知を送付します。

その際、アンケートを同封しますので、事前にご回答いただき、プログラム初日にお持ちください。ご協力をお願いいたします。

【申込期間】3月19日(木)~4月17日(金)17時まで

【申込み・問い合わせ】世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」 地域支援部門

TEL の場合 **03-5727-2235**（「げんき」代表番号）

FAX の場合 **03-5727-2238** 裏面の参加申込書をご利用ください。

※ファクシミリでお申込みをされた場合、ファクシミリによる返信で受付したことをご連絡いたします。

FAX : 5727-2238

世田谷区発達障害相談・療育センター 宛

ペアレント・プログラム

参加申込書

申し込み日 2026年 月 日

参加者氏名 <small>ふりがな</small>	<small>※ご夫婦でのお申し込みも可。ただし、定員を超える申し込みがあった場合、どちらかお一人のみのご参加をお願いする場合がございますので、ご了承ください。</small>		
お子さんの氏名・年齢/学年 <small>ふりがな</small>	男・女	年齢： 歳 学年：	
ご利用機関 <small>※現在、利用中の機関があれば○をつけてください</small>		世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」	
		子育てステーション梅丘発達相談室	
		子育てステーション桜新町発達相談室	
		子育てステーション烏山発達相談室	
		その他 ()	
ご連絡先	TEL :		
	FAX :		
	ご自宅住所：〒		
	<small>※郵送物に関しては、<u>世田谷区「げんき」</u>の宛名で発送させていただきます。</small>		

※ファクシミリでお申込みをされた場合、ファクシミリによる返信で受付したことをご連絡いたします。

プログラムの構成上、全6回の参加をお願いします。ご参加が難しい日程がある場合は、()内に×をつけてください。

※申し込み時点で**全6回参加できる方を優先**させていただきます。ご了承ください。

5/9

5/23

6/6

6/20

7/4

7/11

()

()

()

()

()

()