

令和7年度 第1回 愛真幼稚園

家庭教育学級のお知らせ

子育てにも生きてくる！

親御さんのための心と身体のワークショップ

～ご自身に優しさと好奇心をもって接してあげられていますか？～

「自分の事を省みる時間、大切に時間なんてなかなかとれません」・・・子育てをされている親御さまの多くから聞こえてくる言葉です。

今回、共に過ごし語らう中で「日常生活の中で手間をかけず、負担なくシンプルにできる心と身体の整え方」を学んでいきましょう！どうぞありのままにお気軽にご参加くださいね！

みなさまのお越しを心からお待ちしています♪

日時：令和7年7月17日(木)

時間：10：30～12：00

場所：愛真幼稚園 愛真ホール

当日は
10時から
園の活動も
自由に参観
できます！

講師：BoostEQ(ブーステック) はばたこ代表 石橋 芳子 先生

略歴：中学・高校を米国で過ごし、大学卒業後、英字新聞社に12年間勤務し、政治、経済などを担当。

その後コーチングやカウンセリング、マインドフルネスを学ぶ。

EQ(感情知能)、SEL(社会性感情学習)などの研修を米国で積み、現在は保護者や教育関係者、

組織のリーダーを対象にEQ講座、ワークショップ、講演活動に取り組んでいる。EQコーチング、

才能プロファイリング、ポジティブ心理学、幸福学、脳科学など学びを深め現在に至る。

対面セッション・ワークショップは北九州、福岡、東京を中心にオンラインセッションでは国内外の様々な地域の方と繋がり実施中。国内外引越し回数18回。現在北九州市在住。既婚。2児の母。

* 当日は、必ずスリッパをご持参ください。

* ワークショップ前後には、子ども達の礼拝日課の様子など、自由に参観していただけます。

* お知り合いの方もどうぞお誘いください。たくさんのご参加お待ちしております。

参加ご希望の方は、7月10日(木)までに愛真幼稚園までお電話でお申し込みください。