

# ノーバディズ パーフェクト 2017年度

NPの理念「完璧な親はいません。  
そして完璧な子どももいません。」



Nobody's Perfect  
JAPAN

ここは本音で話せる、  
安心の場ね!! ^o^v

目からうろこだった!  
自分の子育て観が  
変わった!!

楽しい♪  
いこちの良い  
空間だね。



悩んでいたけど...  
私だけじゃないと  
わかってホッとした!

たくさん笑えた!  
ゆっくりできた!  
久しぶりに、私の  
時間をすごせたわ。

全6回の子育て中の親支援プログラム(カナダ保健省推奨)

## 9月6日～10月11日 / 毎週水曜日

時間： 午前 10:00 ～ 12:00

場所： 芥見キリスト教会の一階集会室  
岐阜市芥見南山1-8-8 (駐車場あり)

※教会の集会室をお借りしていますが、NPプログラム自体、宗教とは全く関係がありません。

対象： 0歳～就学前の子どもと暮らす親

☆託児あり(ボランティアの子育て経験ママが、生後4ヶ月のお子さんからお預かりします。)

※参加している間(2時間)お子さんは別室にて安全にお預かりします。託児体験初めてのお子さんも歓迎です!

定員： 10名 ※申し込み締め切り： 8月末まで

参加費： 無料 / 茶菓代のみ 1回につき200円(6回分:合計1200円)

進行： NPファシリテーター

山田 茜 / 鴨下 愛 NPジャパン認定ファシリテーター  
NPO法人子ども家庭リソースセンター所属

※ NPプログラムは原則  
全参加をお願いしていますが  
小さい子の状況は様々で  
す...。お気軽に担当者まで  
お問い合わせ下さい。

お申込み・問い合わせ先/ノーバディズパーフェクト芥見

E-メール: [info@feg-akutami.jpn.org](mailto:info@feg-akutami.jpn.org)

Tel: 090-1824-4334(鴨下) / Fax: 058-241-8625

☆申し込み用紙(申し込み時必要事項)は裏面記載です。



申し込みに必要な内容です。Fax,メール等でお知らせ下さい。(8月末迄)

お名前(ふりがな)			
ご住所	〒		
連絡先 (ご都合の良いものを 記入してください)	電話:	E-MAIL:	
	携帯電話:		
当日託児の必要	あり (      人) / なし	託児は無料です。	
お子さんの 名前(ふりがな)		(      歳      ヶ月)	
年齢		(      歳      ヶ月)	
現在困っている事、 悩んでいる事、 みんなで話してみたい事 などあればお書き下さい。			

※いろいろな話を重ねていくので、全6回コース、なるべく参加してくださいね。  
※ここで話す個人情報を守られます。(上記の個人情報も守られます)

◆お申し込み◆FAX 058-241-8625/メール info@feg-akutami.jp.org  
◆問い合わせ◆ 090-1824-4334(鴨下)

## NP(ノーバディズ・パーフェクト)プログラムってなあに？

「Nobody's Perfect(NP)」は、参加者がそれぞれに抱えている悩みや関心のあることをグループで出し合って話し合いながら、必要に応じてテキスト(貸出)を参照し、自分にあった子育ての仕方を学ぶものです。また、小さい子どもを持ち、共通の興味や関心がある人々と出会うことのできる安心の場を親に提供するプログラムです。研修を受けたファシリテーターがプログラムを準備、企画、実施し円滑に進めていく役割をします。このプログラムの目的は、親が自分の長所に気づき、健康で幸福な子どもを育てるための前向きな方法を見出せるよう手助けすることにあります。テキスト等の強制販売は一切しません。

HP = <http://np-j.kids.coocan.jp/>

- ① 6人前後の親同士が集まります。お子さんは優しいシッターさんが託児室でお預かりします。
- ② まずはゲームや色々なおしゃべりをして、緊張をほぐします。
- ③ 今回話し合うテーマを決めます。  
例えば☆子どもとの関わりについて  
(兄弟げんか・イライラ・しつけ)  
☆想いの伝え方  
☆パートナーとの関係  
☆自分を好きになるってどんな事？  
☆わたしの時間管理  
☆子どもを巡るまわりの人との関わり  
☆これからの事(夢を語ろう)  
などなど、グループによって様々。。
- ④ 書いたり・聞いたり・話したり・・・。  
苦手な人は、パスしてもOKだよ！
- ⑤ 次回までの一週間に、今日話した事やってみたら良いねえ。

### 前回の参加者の感想

●2016年秋のグループからの感想です。

- ★子どもを預かっていただき、同じ子育て中のママと集中してお話ができ、心に余裕ができた。
- ☆一方的な勉強(本やセミナー)ではなく、他の方から学んだ方法を自分に取り入れ、自分に合うものが見つかりました。
- ★自分の価値観に向き合えた。
- ☆考え方を学んで、夫と話し合うきっかけをもらった。
- ★安心して話せて、安心して帰れる場所です。
- ☆いっぱい聞いてもらえた。いっぱい聞いた。コミュニケーションに自信がついた！



- ⑤ 次回までの一週間に、今日話した事やってみたら良いねえ。

「また会おうね」で終了。

なんだかスツキ!

こんな流れで、週に1度、計6回の話し合い・聴き合いをしていきます。

