



小諸 親の会

はじめのいっぽ

子どもが学校を休みがちになると親は心配になります。でも、相談する相手はなかなか見つからない…親しい間柄だからこそ言えない悩みもあります。そんな時に同じ悩みを抱える大人どうしが集まって話すことで、気づきがあったり、ほっとできたり、元気になれたら…。このような思いから全国各地に「親の会」ができました。当事者のみならず、伴走者・支援者などの参加も歓迎しています。

つながる

ひとりぼっちで悩まないで

同じ立場にある親たちがつどい、つながって「しゃべって聴いて、聴いてしゃべって自分に気づく」「自分は自分であってだいじょうぶ」の自己肯定感をみんなで育て合いませんか

学ぶ

子ども・青年の心に寄り添うために

子どもたち・青年たちはさまざまなサイン・シグナルを送っています。その心と意思を受け止めるために、一緒に学び合いませんか

発信する

子ども・青年・不登校・自分理解を深めるために

年に1回の講演会は、大きな学びの機会です。学ぶことで気づくことがあります。「気づきのアンテナ」をゆっくり自分なりのペースで、一緒に育て合いませんか

「生き、語り、語り直し、生き直す」道を
いっしょにみんなで探し合いませんか？



日時

毎月第3日曜か第4日曜
13:30 ~ 16:00 (予定は裏面記載)

場所

信濃毎日新聞(東信版)のお知らせ欄/
小諸市ボランティアセンター
ホームページに掲載します

会費

1回のみ参加500円(資料代)
年会費3,000円

お問い合わせ先

困ったときはご連絡ください。お会いして話しませんか？

世話人代表 小山 優子・知徳 TEL: 090-9848-0540 / 090-1736-8542 Mail: ytk0216@outlook.jp

5 月 25 日（日）

6 月 15 日（日）

7 月 20 日（日）

8 月 24 日（日）

9 月 21 日（日）

10 月 19 日（日）

11 月 16 日（日）

12 月 21 日（日）

1 月 18 日（日）

2 月 15 日（日）

3 月 15 日（日）

お約束

みんなが安心して親の会に参加できるよう、「親の会のお約束」をつくりました。

1

親の会で聴いた話はこの場所に置いて帰りましょう。そして他の人には話さないようにしましょう。

2

批判をしない、否定しないで最後まで参加された人の話を聴きましょう。

3

気持ちを話して(放して、離して)気づいたことを生きる糧にしましょう。

4

言いたくないことは無理して言わないでいましょう。話したくない、話せない時は無理をしないでパスしてOK

5

人の話に割り込まないで、話される方の気持ちと心を尊重しながら聴きましょう。

6

話す時間は参加者のみんなが話せるように配慮しましょう。話す時間をみんなで分かち合いましょう。

7

無理な状態での出席はしないようにしましょう。体調が悪いときはゆっくり休みましょう。

8

アドバイスは慎重に。「小さな親切(よかれと思った善意の言葉)は大きなお世話(話された方を傷つける言葉)」になることもあります。

9

宗教などの勧誘はしない。どんな宗教を信仰するのかは個人の自由ですが、親の会では人に宗教を勧めたり勧誘するのはやめましょう。

佐久総合病院 病院祭 パネル展示

