



日差しに、春の気配を感じるようになりましたが、突然寒さが続くときもありますので、油断して風邪をひかないように気をつけましょう。

お日さまが顔を出す日は、戸外で体を動かして遊んだり、散歩に出かけたり、子どもたちも肌で四季の移り変わりを感じてほしいと思います。

## 育児講座「アンガーマネジメント」

イラッ、ムカッ、カチンときたらアンガーマネジメントで怒りをコントロールしてみましよう！  
なんだかイライラする～つつい家族や他人、物にあたってしまう！あ～また余計な一言を言ってしまった(´\_`)あなたも、そんな経験ありませんか？

これらのことにピンツときたあなた。感情を上手にコントロールし、イライラをため込まないメソッド、今、話題のアンガーマネジメントを楽しく学びませんか？

日 時 3月19日(月) 10時00分～11時00分  
場 所 わたぐもこどもセンター  
講 師 中山 由起子  
定 員 15組

### ♪講師プロフィール♪

アンガーマネジメントファシリテーター、2級キャリアコンサルティング技能士、産業カウンセラー。

キャリアカウンセラーとして幅広い世代の方々へ向けたキャリアサポート、セミナー講師、ライフキャリアカウンセリングを行う。

子育て中の方の再就職・就職・転職の支援を始めて4年。(マザーズハローワーク就職支援ナビゲーター、自治体によるひとり親の就労支援員など)

職業紹介のみならず応募書類の書き方支援、就労に関する相談全般、模擬面接、能力開発支援、ワークライフバランスの相談も受ける。

## 「ご協力をお願い」

- ★ 3月9日(金)は卒園式準備の為、センターは15:30で終了となります。
- ★ 3月19日(月)の午後はプレママと6ヶ月までのお子様とさせていただきます。

## 「避難訓練」

3月22日(水) 14:50～

地震を想定した避難訓練があります。  
利用中に放送がなりましたら担当の指示に従ってください



多くのお子さまや保護者の皆様との出会いの中で、お子さまの成長と一緒に感じる事が出来ました。

方針へのご理解、ご協力ありがとうございました。

田村由香 栗谷知子 藤村尚子

2018 年

# 3 月予定表



わたぐもこどもセンターの日程を携帯から確認できます。  
<http://watagumocenter.web.fc2.com/>

わたぐもこどもセンター  
 市川市原木2-10-13  
 070-6657-7695

	月	火	水	木	金
				1	2
午 9:30 前 ~12:00				親子の広場・ 1歳児	オープンスペース
午 13:30 後 ~16:00				オープンスペース	オープンスペース
	5	6	7	8	9
午 9:30 前 ~12:00	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース 誕生日会
午 13:30 後 ~16:00	カンガルー広場・ プレママ~0歳	親子の広場・ 0歳児	親子の広場・ 0歳児	オープンスペース	オープンスペース 15:30まで
	12	13	14	15	16
午 9:30 前 ~12:00	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース
午 13:30 後 ~16:00	カンガルー広場・ プレママ~0歳	親子の広場・ 0歳児	親子の広場・ 0歳児	オープンスペース	オープンスペース
	19	20	21	22	23
午 9:30 前 ~12:00	育児講座 『アンガーマネジメント』	親子の広場・ 1歳児	春分の日	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース
午 13:30 後 ~16:00	カンガルー広場・ プレママ~ねんねの6ヶ月頃まで	親子の広場・ 0歳児		オープンスペース	オープンスペース
	26	27	28	29	30
午 9:30 前 ~12:00	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース	親子の広場・ 1歳児	オープンスペース
午 13:30 後 ~16:00	カンガルー広場・ プレママ~0歳	親子の広場・ 0歳児	親子の広場・ 0歳児 避難訓練 14:50	オープンスペース	オープンスペース

## イベント情報

### 【誕生会】

- 9日（金） 11:40~ わたぐもこどもセンター  
 ※参加希望者は、11:20までにはお越しください。  
 誕生月のお子さんは、担当に声をお掛け下さい。

### 【育児講座】 『アンガーマネジメント』 （要予約）

- 19日（月） 10:00~11:00 わたぐもこどもセンター

### 【避難訓練】 『地震想定』

- 28日（水） 14:50~ わたぐもこどもセンター

上記のイベントの詳細は、表面にございます。そちらをご覧ください。

なお、電話でのイベント予約はできません。  
 直接、『わたぐもこどもセンター』にお越しください。