

令和3年6月4日
光明府中南保育園



ホワイイ!

育児講座

「断捨離で見守る子育て」

～自己肯定感を育むには～



コロナウィルス感染症でうち時間も増えている今日この頃。今流行りの断捨離®️をして気持ちもうちもスッキリしてみませんか？講師は元保育園保健師の柳井尚子さんです。
～柳井尚子さんより～

今回の講座では、今だからこそ知って欲しい「断捨離®️」の話をします。どうぞお気軽にご参加下さい。

日時：1回目 令和3年6月24日（木）
2回目 令和3年7月8日（木）
各回10：30～11：30

参加方法：Zoomを使用したりリモート
予約時にID・パスワードをお知らせします。

対象年齢：未就学児をお持ちの保護者の方

予約開始：1回目6月7日（月）～6月23日（水）
2回目6月24日（木）～7月7日（水）
月～金 9：00～16：00の間に電話にてご予約下さい。
（予約電話番号 042-363-9714）

★Zoomカメラ off でも参加可能ですが、参加者名は画面に表示してください。



講師 柳井 尚子さんのご紹介



やましたひでこ公認 断捨離®️トレーナーインターン（2020年12月26日より）
保健師 元保育園保健師 保育士 15年間

～柳井尚子さんより～

結婚して以来専業主婦で、家事育児をしてた私。夢中で頑張ってきたのに子どもが成長するにつれ、気づけば空の巣症候群。そこからの脱出の為に、保育園の保健師として仕事を始めました。そんな時に断捨離に出会いました。思考・感覚・感性を研ぎ澄まし、自分で選択決断する事で、自分らしいごきげんな世界へ行けることを知りました。「こうでなきゃ」から「それもいい♪」へのシフトチェンジが起きたのです。