

ひきた なおみ

## 疋田 奈緒美

活動内容	子育てに関わる大人に向けて、子どものストレスとはどういうものか、どういう反応がでるのか、どのように大人として対処するのが良いか、を分かりやすくお伝えします。		
資格・経歴 活動歴等	産業カウンセラー・(一社)日本ストレスチェックファシリテーター 2019年から公開講座・子育て支援団体などでの研修など		
活動の対象	<input type="checkbox"/> 未就学児 <input type="checkbox"/> 親子 <input type="checkbox"/> 小中学生 <input checked="" type="checkbox"/> 一般 <input checked="" type="checkbox"/> シニア	<input type="checkbox"/> どなたでも	
活動可能日	<input type="checkbox"/> 月 <input type="checkbox"/> 火 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 木 <input type="checkbox"/> 金 <input type="checkbox"/> 土 <input type="checkbox"/> 日	<input checked="" type="checkbox"/> 相談可	

### 具体的なプログラムの一例

タイトル：ママもパパも元気に、子どものストレス対策

内容：①ストレスとは何か？

②大人のストレス

③子どものストレスと対処法

④非認知能力について

⑤まとめ

定員：4～30名程度

所要時間：2時間程度

材料費：一人当たり200円程度



### 街のアドバイザーから

2019年から「子どものストレス対策」をお伝えする活動も始めました。このプログラムも対面だけでなくオンライン開催にも対応しています。また、現在ゆるやかなつながりを作るきっかけとしての「つながるカフェ in 上大岡」を月イチで開催しています。