

～子どもと一緒に自己肯定感を高めよう～

自己肯定感を高めるポイントを学び  
親子のコミュニケーションを通して  
自分らしい子育てを見つめてみませんか

保育あり

## 今すぐ生かせる コーチングマインド講座

【日時】 2025年10月25日(土) AM10:00～AM11:45

【会場】 エポック10 (男女平等推進センター) 研修室2

【募集対象】 子育て中の母親 (先着20名)

【参加費】 1,000円/人

\* 保育 6ヶ月～未就学児 500円/人 人数制限あり 先着順

\* 締切 10月18日(土) お申込先・詳細:裏面参照

講師 紺野靖子

エルメスジャパン株式会社を出産を機に退職、のちにコーチングのプロフェッショナル資格を取得。現在、スポーツ指導者、子育て中の親御さん、起業に向けて準備中の方など、さまざまなテーマでコーチングを実施中。

プライベートでは約20年、生の子育てでコーチング爆笑実践中。

おかげさまで愉快地子育て終盤戦。

日本コーチング協会正会員 gcs認定コーチ 日本スポーツ協会スポーツリーダー



【主催】 AneママグループTOMATO  
【後援】 豊島区

