

# 1月 ワークスケジュール

※スタッフの在室日は予告なく変更する場合があります。最新スケジュールは予約カレンダー(<http://kosodatekagaku.resv.jp/>)をご確認ください。

1月	AMラウンジ (9:00~10:00)	AMワーク(10:20~12:00)	PMワーク(13:00~14:40)	PMラウンジ (15:00~16:00)		
1日(火)						
2日(水)						
3日(木)						
4日(金)						
5日(土)						
6日(日)						
7日(月)						
8日(火)	ご指名ラウンジ 上岡・藤原	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P		ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 上岡・藤原	会議のため 閉室させていただきます	
9日(水)	ご指名ラウンジ 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 上岡・藤原	リラクゼーションメソッド 上岡・藤原 5P	ラウンジタイム 上岡・藤原	
10日(木)						
11日(金)	ご指名ラウンジ 半田・黒岩	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 半田・黒岩	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 半田・黒岩	クロパンとリラックス 半田・黒岩 4P	ラウンジタイム 半田・黒岩	
12日(土)	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P		パズルラウンジ(13:00~15:00) 上岡・黒岩 2P	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩	
13日(日)	ご指名ラウンジ 上岡	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 上岡	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 上岡	ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 成田・上岡	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 成田・上岡	ご指名ラウンジ 成田・上岡
14日(月)						
15日(火)	ラウンジタイム 上岡・藤原	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P		ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 成田・上岡・藤原	ご指名ラウンジ 成田・上岡・藤原
16日(水)	ご指名ラウンジ 上岡・半田	少人数がつつり100分~子どもの発達相談編~ 上岡・半田 5P		ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・半田 5P		ラウンジタイム 上岡・半田
17日(木)						
18日(金)	ラウンジタイム 上岡・黒岩	リラクゼーションメソッド 上岡・黒岩 5P		ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P		ご指名ラウンジ 上岡・黒岩
19日(土)	ご指名ラウンジ 成田・上岡	リラクゼーションメソッド 上岡・成田 5P		絶対得する!最新医学・脳科学・雑学トピック 成田・上岡 5P		ご指名ラウンジ 成田・上岡
20日(日)	満員御礼!キャンセル 待ちのご希望はメール でご連絡ください。	子どもの日「あら不思議!科学で遊ぼう!」 藤原・上岡 4P		子どもの日「あら不思議!科学で遊ぼう!」 藤原・上岡 4P		個別相談 10P 上岡・藤原
21日(月)						
22日(火)	ラウンジタイム 上岡・藤原	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・藤原 5P		ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 成田・上岡・藤原	ご指名ラウンジ 成田・上岡・藤原
23日(水)	ラウンジタイム 上岡・半田	リラクゼーションメソッド 上岡・半田 5P		ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・半田 5P		ご指名ラウンジ 上岡・半田
24日(木)						
25日(金)	ラウンジタイム 上岡・黒岩	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P		リラクゼーションメソッド 上岡・黒岩 5P		ご指名ラウンジ 上岡・黒岩
26日(土)	ご指名ラウンジ 成田・上岡	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 成田・上岡	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 成田・上岡	少人数がつつり100分~子どもの発達相談編~ 成田・上岡 5P		ご指名ラウンジ 成田・上岡
27日(日)	ご指名ラウンジ 成田・上岡	絶対得する!最新医学・脳科学・雑学トピック 成田・上岡 5P		ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・成田 5P		ラウンジタイム 成田・上岡
28日(月)						
29日(火)	ご指名ラウンジ 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 上岡・藤原	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P		ご指名ラウンジ 上岡・藤原
30日(水)	ラウンジタイム 半田・黒岩	クロパンとリラックス 半田・黒岩 4P		アートラウンジ(13:00~15:00) 半田・黒岩 2P		ご指名ラウンジ 半田・黒岩
31日(木)						

時間変更あり!  
ご注意ください。

満員御礼!キャンセル  
待ちのご希望はメール  
でご連絡ください。

時間変更あり!  
ご注意ください。

## アクセシプログラム紹介①

ペアレンティングワーク ・オンデマンド(5P・定員8)	アクセシ=軸がブレない家庭生活を目指します。①ブレない生活習慣、②調和の取れたコミュニケーション、③尊重・協力体制、④ストレス対処の共有、⑤ポジティブな家庭の雰囲気、⑥親はブレない軸を持つ、の中から、その日の参加者の家庭で今最も必要な項目をズバリ見つけてしっかり学びます。
絶対得する!最新医学 ・脳科学・雑学トピック (5P・定員8)	毎日の生活に生かせる専門的な最新情報を披露しつつ皆さんとディスカッションを深めます! お聞きになりたい・知りたいテーマはご予約の際に「要望欄」に具体的にご記入ください。
リラクゼーションメソッド (5P・定員8)	ストレスが大きくなると、脳が疲れ適切な判断ができず、どんどんストレスが増えます。ストレスを無駄に育てず、適度なストレスに収めることが期待できるリラクゼーションを学びましょう。自律訓練法、マインドフルネスなど実用的な方法も伝授します。
子どもの不思議な世界 (5P・定員8)	何を考えているのかわからない子どもたち。予想もできない子どもの行動。実際に多くの子どもたちを立ち直らせてきた藤原が、「体験に基づいたブレない対応」を伝授します。
クロパンとリラックス (4P・定員3)	就職活動など将来への漠然とした不安がある方のためのワーク。クロパン(黒岩・半田)が、アートや想像力を使ったショートワーク、就職活動のサポートなどで、あなたの次の一歩につなげます。定員3名の少人数で行います。

# 2月 ワークスケジュール

※スタッフの在室日は予告なく変更する場合があります。最新スケジュールは予約カレンダー (<http://kosodatekagaku.resv.jp/>) をご確認ください。

2月	AMラウンジ (9:00~10:00)	AMワーク(10:20~12:00)	PMワーク(13:00~14:40)	PMラウンジ (15:00~16:00)
1日(金)	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P	リラクゼーションメソッド 上岡・黒岩 5P	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩
2日(土)	ご指名ラウンジ 成田・上岡	ペアレンティングワーク・オンデマンド 成田・上岡 5P	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・成田 5P	ご指名ラウンジ 成田・上岡
3日(日)			じっくりどっぶり！ペアレンティング・ワークを1日学びましょう！	
4日(月)				
5日(火)	ラウンジタイム 成田・藤原	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 成田・藤原	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 成田・藤原	ご指名ラウンジ 成田・藤原
6日(水)	会議のため閉室させていただきます		クロパンとリラックス 半田・黒岩 4P	ご指名ラウンジ 半田・黒岩
7日(木)				
8日(金)	ラウンジタイム 上岡・黒岩	リラクゼーションメソッド 上岡・黒岩 5P	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩
9日(土)				
10日(日)	ご指名ラウンジ 上岡・藤原	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・藤原 5P	パズルラウンジ(13:00~15:00) 上岡・藤原 2P	ご指名ラウンジ 上岡・藤原
11日(月)				
12日(火)	ご指名ラウンジ 成田・藤原	絶対得する！最新医学・脳科学・雑学トピック 成田・藤原 5P	ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 成田・藤原	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 成田・藤原
13日(水)	ラウンジタイム 上岡・半田	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・半田 5P	少人数がつつり100分~子どもの発達相談編~ 上岡・半田 5P	ご指名ラウンジ 上岡・半田
14日(木)				
15日(金)	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩	リラクゼーションメソッド 上岡・黒岩 5P	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・黒岩 5P	ご指名ラウンジ 上岡・黒岩
16日(土)	ご指名ラウンジ 上岡・藤原	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・藤原 5P	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P	ご指名ラウンジ 上岡・藤原
17日(日)		動物と触れ合うワークシリーズ(3) フクロウとウサギとリアルドリトル・島田 直明先生がやってくる！ 成田・上岡 5P	動物と触れ合うワークシリーズ(3) フクロウとウサギとリアルドリトル・島田 直明先生がやってくる！ 成田・上岡 5P	
18日(月)				
19日(火)	ラウンジタイム 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (10:00~11:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (11:00~12:00) 上岡・藤原	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P
20日(水)	ご指名ラウンジ 上岡・半田	ご指名ラウンジ 半田(10:00~11:00)	ご指名ラウンジ 半田(11:00~12:00)	ご指名ラウンジ 半田(13:00~14:00)
21日(木)				
22日(金)	ラウンジタイム 半田・黒岩	クロパンとリラックス 半田・黒岩 4P	アートラウンジ(13:00~15:00) 半田・黒岩 2P	ご指名ラウンジ 半田・黒岩
23日(土)		子どもの日 上岡・藤原 4P	子どもの日 上岡・藤原 4P	個別相談 10P 上岡・藤原
24日(日)	ご指名ラウンジ 成田・上岡	ペアレンティングワーク・オンデマンド 上岡・成田 5P	ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 成田・上岡	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 成田・上岡
25日(月)				
26日(火)	ラウンジタイム 上岡・藤原	子どもの不思議な世界 藤原・上岡 5P	ご指名ラウンジ (13:00~14:00) 上岡・藤原	ご指名ラウンジ (14:00~15:00) 上岡・藤原
27日(水)	ご指名ラウンジ 上岡・半田	少人数がつつり100分~子どもの発達相談編~ 上岡・半田 5P	リラクゼーションメソッド 上岡・半田 5P	ご指名ラウンジ 上岡・半田
28日(木)				

## アクセシプログラム紹介②

少人数がつつり100分 ~子どもの発達相談編~ (5P・定員2)	小中学生のお子さんの行動・学習・発達などに関する具体的な相談を定員2名の少人数制で行います。子どもの日にお子さんが事前に参加されるか、お子さんの関連資料(成績表や絵画など)をお持ちください。
アートラウンジ パズルラウンジ (2P・定員8)	アートは塗り絵や切り絵など、パズルはボードゲームや難解パズルなど、その日自分がやりたいことを選んでゆっくりおしゃべりしながら楽しめる、完全リラックスタイムです。前後で自律神経と気分を測定して、自身の変化を確認します。余暇活動・居場所作りとしてもぜひご活用ください。 ★途中参加・退出も可能です。その旨を予約の際「要望欄」にお書きください。
子どもの日 (4P・定員5)	小中学生対象のワーク。体や脳を使うゲームを楽しみながら「自分が丸ごと認められる」体験をさせます。お子さんが参加した後に、親御さんが当日担当したスタッフがいる「少人数がつつり100分~子どもの発達相談編~」「ご指名ラウンジ」等にご参加ください。スタッフが見つけたお子さんの良い点、改善点をお伝えしつつ、各ご家庭で行えるペアレンティングの具体的な方法をアドバイスします。
ラウンジタイム (2P・定員2~8)	集まった会員さんとスタッフ全員でなごやかなおしゃべりタイムを楽しみます。午前のラウンジタイムの定員はその日入室するスタッフと同じで、午後のラウンジタイムは定員8名。
ご指名ラウンジ (4~5P・定員各1)	担当者を事前に選び、1対1でじっくり相談できるラウンジタイムです。ご要望、話したいテーマは予約の際に「要望欄」にご記入を。成田:5ポイント/上岡・黒岩・藤原・半田・伊藤:4ポイント。
個別相談 (10P・定員1家族のみ)	アクセシ完全貸し切りで相談や行動観察ができます。すべての年齢が対象です。個別相談は定期開催日以外でも会員様のご希望の日程で適宜調整いたします。ご希望の方はお気軽に事務局までお問合せください。