

# 安心・子育てで未来をつくる コミュニティカウンセラー養成講座

江東・中央区を  
子育ての  
安全地帯に

子育て力・バージョンアップのためのストレスマネジメントと  
カウンセリング — 社会につながる安心、未来につながる安心 —

## サポートの原点とは？



### 対象

小学校低学年までのお子さまの保護者

### 科目

- 101/ストレスマネジメント入門講座  
(単独受講可能。主にセルフケアを目的とし、  
ストレスとの付き合い方の基本を学びます)
- 心の応急手当(PFA)
- カウンセリングのこころ
- コミュニケーション演習
- コミュニティカウンセラー倫理
- リラクゼーションの理論と技
- 自分理解

### アフターケア

CC同士のサポート(無償)  
勉強会等への参加(有償)

16時間修了でコミュニティカウンセラー(CC)資格取得

かかる費用 総額22,000円 かかる時間 全16時間

※ストレスマネジメント入門講座(略称101)のみ受講の場合2,000円で受講可



# COMMUNITY COUNSELOR NETWORK



SINCE 2013

## 心の安全地帯

### スケジュール

#### ●101/ストレスマネジメント入門講座(2時間)

9月10日(日) 13:00~15:00

10月1日(日) 13:00~15:00

※会場は協働ステーション中央になります。

10月15日(日) 10:30~12:30/13:30~15:30

11月19日(日) 10:00~12:00

※上記5回開講の中から1回お選びください。

※追加開催情報がある場合にはHPに掲載します。

#### ●CC養成講座(14時間)

11月19日(日) 13:00~16:00

11月26日(日)、12月10日(日) 10:00~16:00

※詳細は下記HPをご参照ください。

コミュニティ・カウンセラー・ネットワーク  
ホームページ

▶ <http://ccnj.info/>



### 会場

●日能研豊洲校(豊洲駅真上)

●協働ステーション中央(小伝馬町駅2分)

(9月10日(日)/10月1日(日)の101のみ)

### 参加費

22,000円(101の受講料2,000円を含みます)

事前予約の上、当日お支払いください。

### 定員

24名(101は座学中心なので、若干余裕があります)

コミュニティカウンセラーとは自分自身と周囲の人たちの心の安全を守り、災害や辛い出来事による心の傷みを最小限に留めることのできる基礎訓練を受けた心のサポーターです。

自分の心にゆとりを作り、さらにお子さまのやる気が出ない時の対処法や、いじめや成績不振などによる心の傷みを適切に手当する方法を学びましょう。

また、私たちは東北や九州での自然災害後の心のケアの他、国立成育医療研究センターや京都大学病院での小児がんピアサポーター研修なども行ってきています。

**【講師】田中 純** [心理教育カウンセラー] 赤坂溜池クリニック(精神科、心療内科)、一般社団法人コミュニティ・カウンセラー・ネットワーク代表。神経研究所附属晴和病院、私立中学高等学校教員・カウンセラーを経て現職。メンタルヘルス関連の講演・研修は会計検査院、宮城県社会福祉協議会、横浜市栄区セーフコミュニティ、英国大使館など。著書『ストレスに負けない家族をつくる』、『中学受験は挑戦したほうが100倍子のためになる理由』(みくに出版)、『小児がん ピアサポーターガイドブック』(創英社/三省堂 共著)

