



## かぞくきょうしつ 4月の家族教室

(そうだね内房 第19回そうだね会)

～温かく経験豊かな公認心理師の先生とともに～

1 期日 令和8年4月4日（土）14時受付14時15分～15時30分

2 場所 木更津市市民活動センター木更津みらいラボ（2階会議室）

電話 0438-53-7070 メール [info@k-mirailabo.com](mailto:info@k-mirailabo.com)

3 講師 臨床心理士・公認心理師 原島あゆみ先生

千葉県精神保健福祉センターにて勤務。

同センター内千葉県ひきこもり地域支援センターで  
ひきこもり家族教室講師を担当。

主な目的 ポジティブなコミュニケーションスキルの獲得

主な内容 （資料制作 千葉県精神保健福祉センター）

① コミュニケーションにおいて、なぜ家族の工夫が必要なのか

② 警戒される関係になるメカニズム

③ 安心できる関係づくり

あ：あいさつ さ：誘う お：お誘い そ：相談 か：感謝

※来談者中心カウンセリングについて

4 申込み先（参加費無料）定員有 事前にお申し込みください。

そうだね内房（担当 西村） 電話 070-8947-2105

メール [soudane-uchibou@aioros.ocn.ne.jp](mailto:soudane-uchibou@aioros.ocn.ne.jp)

そうだね内房は、ボランティア団体（木更津市社会福祉協議会・木更津市市民活動センター登録）です。2024年6月から活動を開始しています。

毎月一回（第1土曜日）そうだね会（家族交流相談会）を木更津市市民活動センターで開催しています。詳細はホームページ「そうだね内房」をご覧ください。