

これで"もう迷わない!"

9/15まで
早割中!

思春期の子育てに悩む

ママのための1 DAY講座

今日から使える!
子どもの生きる力と
信頼関係を育む方法が
手に入る!



親子の自己肯定感UP!
イライラが減り
家庭に笑顔が増える!

これでいいんだ!
私も子どもも
大丈夫!

私らしい
子育ての軸を見つけて
思春期の不安が
軽くなる!

ライフコーチ/講演家
三橋亜希子



いずれ訪れる思春期も怖くない!

10/5 (日) 10:00~15:30

【午前の部】

10:00~12:15

【午後の部】

13:30~15:30

23歳、20歳、10歳、三兄弟の母です!
不登校・グレーゾーン・トラブルメーカー子育て経験と
17000人の子どもと子どもに関わる大人と対話して得た
「信じる子育て」のヒントをお伝えします!



札幌エルプラザ 4階 大研修室

JR「札幌駅」北口より徒歩3分

主催: B'Hearts 「自分の人生を生きる応援プロジェクト」

後援: 札幌市教育委員会 / 札幌市PTA協議会

詳細は裏面へ

こんな風に思うこと、ありませんか？



私の子育て
間違ってた？

見守るって
どこまで？

ゲームにスマホにSNS
どこまで許す？

本音を
話してくれない

子どもの
将来が不安...

その答え、見つかります！

スケジュールと内容

午前の部

10時
～
11時

「どうせ私なんて・・・」から抜け出した日
～子どもが教えてくれたママが“自分”を生きる意味～

11時
～
12時

～アドラー×コーチング～
子どもの“幸せに生きる力”と“信頼関係”を育む
関わり方

午前の部
早割
¥2500
通常
¥3000

【質疑応答】12:00～12:15

【昼休憩】12:15～13:25

午後の部

13時半
～
15時半

これでもう迷わない！
“私らしい子育て”の軸をつくるワークショップ

午後の部
早割
¥2500
通常
¥3000

10 / 5 (日)

早割は9/15まで！お早めに！



札幌エルプラザ
4階 大研修室



詳細はこちら

1 dayチケット
早割 ¥4000
通常 ¥5000

講師

講演家／ライフコーチ三橋亜希子

お問い合わせ：bhearts240331@gmail.com



株式会社ビリーブハート代表取締役

国際コーチング連盟マスター認定コーチ／ライフコーチワールド 認定ライフコーチ／日本親子コーチング協会認定コーチ
東京都西東京市在住 23歳、20歳、10歳、三兄弟母。ステップファミリー12年。

「誰も孤独にしない社会をつくる」ために、誰もが自分を信じ、人を信じ、自分の人生を生きることに応援している。

父親のアル中、両親の離婚。祖父母に育てられる経験。自分の存在が家族を苦しめていると自己否定・自己犠牲を繰り返した37年。2011年ライフコーチングに出逢い、自分の人生を生き始めた経験を活かしライフコーチ／講演家として活動中。

2020年からは、教育現場での講演出張授業などを精力的に行う。

講座／講演実績は600回、受講者のべ1万7千人、コーチング4000時間の実績あり。

「自分のためにこれから生きようと思う」「勇気をもらった！」「自分を大切にすることの意味がわかった！」「過去の後悔が感謝に変わった！」など、たくさんの声が、子ども・若者・ママたちから届いている。

