

こどもと わたしたちLab.

参加費
無料
定員 15名
(先着順)

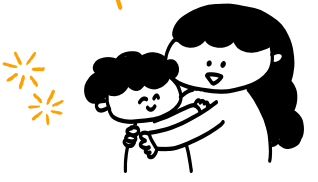
“こどもとの暮らしも自分も大切に”
を考える3日間



こどもとの暮らしは
あっという間に時間がすぎる。

自分の時間なんてほとんどない。
日々の生活で精一杯。

でもいつか、子どもが大きくなって
今の日々を思い出したときに
ふと後悔したりしないかな。



今は、今しかない。
できれば、後悔したくない。

こどもとの暮らしも、自分も
大切にするとって
どうやったらできるだろう。

忙しい日々から、少し離れて
立ち止まって、考えてみませんか。

DAY1: 知る・見つめる



こどもとの暮らしも自分も大切にするために
みんなはどんなことをしている？

6/12 (金)
10:00~12:00



ゲスト 益城でこどもと暮らす色々な大人たち

去年の様子



DAY2: 6/18 (木) 考える

10:00~12:00

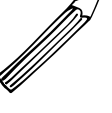


自分はどんなバランスで
暮らしたいだろう？

ミューズプランニング内田美香さん

DAY3: 6/30 (火) 深める

10:00~12:00



どうやったら自分に合う
暮らし方を作れるの？

じもとビークル研究所 中村哲さん

こんな方のご参加大歓迎！

- ・年齢、性別等制限はありませんが
主に未就学のお子様と暮らし保護者の方
を想定した内容です。※上記以外でも参加OKです
- ・お子様連れのご参加も歓迎です。
こどもとあそぶサポーターさんも一緒に過ごして
くれます。みんなでこどもを見守りましょう。
- ・仕事をしていてもしてなくてもOK
- ・考えたり喋るのが得意でも苦手でもOK
- ・こどもとの暮らしが楽しんでなくてもOK
…どんな方でも歓迎です！

参加者の声



少人数&アットホームな雰囲気です、聞く時間・考える時間・お互いに話す時間がほどよかったです。今の自分が欲していた内容の企画でした。(育休中、こども0歳)

他の方とお話しできるのが楽しかったです！自分一人ではかかえ
こんでしまうことも、気軽に話したり、背中を押してもらえて、
参加して良かったと思いました。(フリーランス、こども2歳)



場所 復興まちづくりセンターにじいろ (益城町宮園702)

※DAY2のみ志市Jiccaにて開催。(詳細は申込フォームへ)

申込 右下の二次元コードよりお申し込みください。

※※切: 2026年6月10日(水)23:59 ※先着順。定員になり次第締め切ります。

主催 ましきの暮らし方
研究所

後援 益城町

申込フォーム

