

定期開催 講座

大規模講座などでこねくとういずを知ってくれた方の、もっと知りたい！というニーズにお応えして、毎月色々な講座を開催しています。各回完結の育ジ部・センシティ部のほか、連続講座でより深く学ぶ場もあります。ぜひ参加してみてくださいね！



聴きマスター講座(仮)

「あなたに聴いてもらうと安心する」そんな聴き上手の上級者を目指します。毎回違うテーマで自分の聴き方のクセに気づいていく実践講座です。



HSP力を活かした自分のトリセツ講座

自分に合った安心の方法を見つけませんか？前編はHSPの特性をココロとカラダの両面から深く知る時間。後編はHSP人生を捉え直し、全力で頑張ってきた自分に気づき認める時間です。



育ジ部

子育てのこと、自分のこと、何でも話して聴き合う育児・育自・育耳の時間。講師のお題でウォーミングアップをするので、初めての方にもオススメの講座です。



センシティ部

HSP・HSC・登園しぶり・不登校・感覚過敏・発達障害…味方が少ないひとはいちばい敏感な孤育てだからこそ、共感し合える安心の場づくりをしています。自身がHSPという方もぜひ。



先生・講師のためのスキルアップ講座

教える・伝える・場づくりをしている人たちが、自分のスタイルに自信を持てるようになる講座。年間100本近い講座を開催している、講師くぼあやのスタイルも公開します！

令和元年5月発足・活動7年目 参加者のべ4200名!!

実績

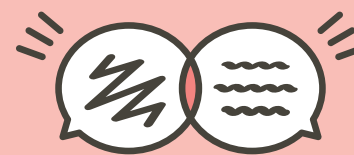
- 練馬区教育委員会委託 子育て学習講座
【褒め上手になる方法】【怒り上手になる方法】
【聴き上手になる方法】【悩み上手になる方法】
【繊細で敏感で素敵なHSP・HSCの世界】
【ひといちばい敏感な子育て】ほか
- 練馬区立男女共同参画センター 区民企画講座
【子育てに自分軸を! プレないママになるための10STEP】ほか
- つながるカレッジねりま 共通講座
【自分のビジョンをみつけ まちとつながる】
- 練馬区立南田中児童館 主催 ワイワイ子育て応援講座
【withコロナ時代のママ・パパたちへ 頑張っている自分への勇気づけ~自分を認める時間を作ろう~】
- 練馬区私立幼稚園協会 主催 保育者研修
【聴き上手になる方法】
- 練馬区立光が丘第四保育園
【オッパイはないけどオレ流はある! 令和パパのための子育てコミュニケーション講座】
- 私立大泉学園幼稚園 主催
練馬区立石神井小学校PTA 教養委員会 主催
西東京市子ども家庭支援センターのどか・
西東京市私立幼稚園連絡協議会 共催
練馬区立光が丘春の風小学校 保護者と教職員の会 主催
【子どもの自己解決力を育む】ほか
- 世田谷区立経堂小学校PTA 主催
【怒り上手になる方法 ~子どもの自己解決力を育むには~】
- 練馬区立男女共同参画センターえーる 主催
おとこの生き生きポジティブライフ!
【対話上手になる方法】
- 練馬区立はつらつセンター大泉 主催 多世代交流ひろば
【手芸をしながら繋がろう】
- おやこのひろばtocoToco 主催 子育て支援講座
【褒め怒り上手になる方法】
- すみだ共生社会推進センター(墨田区) 主催
【いい夫婦ってなんだ? ~探め上手になる方法~】ほか多数

講座依頼
個別相談
受付中!

こねくとういず事務局
connectw0180@gmail.com
TEL: 070-8441-8008
(平日9:00~17:00)



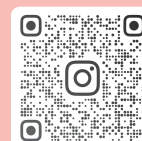
日程詳細 & 申込



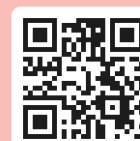
こねくとういず
— 練馬から日本のママを元気に —



自分のことを後回しにしがちなママに!
悩みを軽くするコミュニケーションスキルをお届けします。



Instagram



ブログ

地域団体こねくとういずは、主に①行政の委託事業 ②定期開催の自主事業 ③講座講演会のご依頼の3本柱で活動しております。対象は子育て中の保護者や支援者の方が中心ですが、最近ではパパや男性向け、高齢者や多世代向けなど、ご依頼の内容も広がり嬉しく思っています。

必要な人に必要な情報を届けるため、区の仕組みを最大限活用しながら活動することで、最近では練馬区全域から幅広い世代の方にご参加頂けるようになりました。特に毎年開催している練馬区教育委員会委託子育て学習講座では、4つの講座にのべ**628名**の申込が入るなど、関心の高さを感じています。

こねくとういずの事業は、主に副代表・講師くぼあやのとの二人三脚で進めていますが、大規模講座の運営には**講座リピーターママの力が欠かせません**。地域団体の先輩から『仲間是一本釣りするんだよ!』と教わった事を守り、講座リピーターの方にお声がけをしながら仲間を増やしてきました。

現在31名が繋がるイベント部があり、区立小学校や保育園に配布するチラシの仕分けや、講座当日の設営、受付、案内などをボランティアで支えています。中でも事務局長陽子さんは、プロのスキルを活かし**"目を止めてもらえるチラシ"**を作ってくれていて、より多くの方に講座情報を届ける事が出来ています。

ママたちの時間は限られていますし、子どもの成長によっても過ごし方が変わっていくため、**"やりたい人がやりたい事をやるだけ"**を合言葉に、一人一人の心地よい繋がりを大切にしています。

これまでは練馬区で実績を作る事を目標に進んできましたが、これからは、園や学校、自治体や法人といった運営パートナーの皆さんと手を繋ぐことで、**より沢山の方に講座を届けていきたい**と思います。

1児のママ

村嶋 美茶子
代表



はじめまして
コミュニケーションスキルアップ講師をしています、くぼあやのと申します。
こねくとういずの全ての講座を作っています。

突然ですが…

私がこんな手作りメガネをかけて各地で講演会をするのは、ふざけて目立ちたいからではないんです(笑)

【見方を増やして 味方を増やそう!】
これが数あるこねくとういずの講座・講演会・イベント、その全てに共通するメッセージです。

見方を変えるたくさんのメガネを作っています。
自前のメガネを点検する機会を作っています。
裸眼で見るチャンスを作っています。

「私は本当はどうしたい?」が見えるメガネを
自作出来るようになることが大きなゴール。

頑張り屋さんほど「良い話聞いたのに実践できない自分」に
さらにダメ出しをしちゃうものだから、

講師くぼあやのは今日も手作りメガネをかけて
「コレだけ憶えていれば大丈夫」だと
笑って持ち帰れるお守りを届けたいのです。

3児のママ

あなたもぜひ「connect with こねくとういず」して、
新しいメガネを手に入れてみませんか?



くぼ あやの
副代表 / コミュニケーションスキルアップ講師



事務局

4児のママ

米澤 智恵美
副代表 / "ワクワク漢く"
光が丘事務局長

3児のママ

大塚 陽子
事務局長
デザイン担当

2児のママ

小山 綾子
"ワクワク漢く"
大泉事務局長

1児のママ

及川 千尋
"ワクワク漢く"
練馬事務局長

2児のママ

三田 なみ
"ワクワク漢く"
関町・上石神井事務局長

2児のママ

菊野 理恵
"ワクワク漢く"
大阪事務局長

練馬区在住三児の母。自己嫌悪をこじらせた寝顔にごめんねママ時代を経て、アドラー心理学「勇気づけ」の考え方に出会い、子育てコーチング・HSP理論・発達凸凹学など多角的に学ぶ。「悩み事を困り事にサイズダウン」を合言葉に、安心して子育ての悩みを話せる場を提供している。