

より良い親子関係講座

NO 69



2016年もどうぞよろしくお願い致します。



お元気で2016年をお迎えになったことと思います。今年はお正月から暖かくて喜んでいましたが、なんと大寒波がやってきました。凍えるような寒さが身に伝えます。2月、3月はどのようなお天気になるのか……。春先は花粉やPM2.5、そしてインフルエンザの流行も気になるところです。どうぞお体に気をつけて、お元気で1年をお過ごし下さい。

私はこの数年、時間が過ぎていくのがものすごく早いと感じています。子どもの頃は時間のことなど考えたこともなく、一年は365日もあると思っていました。今では一年が瞬きするくらいの早さで過ぎていくようです。まさに「光陰矢のごとし」です。

数年前に「時間がない！」という切羽詰まった気持ちになり、“無駄な時間は過ごさないようにしよう”と思いました。ところが、これがなかなか難しい。何が無駄なのか。数年やってみてわかったことは「無駄な時間も必要な時間である！」ということ。結局、今自分に必要なことをやっているのでしょうか。時間はまだまだたくさんある、時間に縛られなくてもいいんだ、という結論に達し、一件落着！

さて、昨日の講座で、お母さん（子どもは年長さんお一人）が困っていたのは、“子どもがダラダラしている”“私のいうことをすぐにしない”ということでした。時間がもったいないから、すぐやって欲しい。一日24時間、限られた時間を無駄なく過ごしたいそうです。そして、もう一人のお母さん（子どもは小学2年生の女の子と年長の男の子のお二人）「もう年長さんになったのだから、言えばわかるはずなんですよね」「女の子なのに、兄弟ケンカも激しいし……」

お母さんの悩みは尽きません。私も講座を受講するまでそんなふうに使っていたから、お母さんの気持ちよ〜くわかります。講座を学び、4人の子どもを育てることでいろいろなことに気がつきました。

まず、大人と子どもでは時間の感じ方が違うということ。私が子どもの頃に「時間はたっぷりある」と思っていたように、子どもには時間が限りなくあるのです。時間の大切さや、時間には限りがあることがわかるのは大人になるにつれて……。まだ幼い子どもには理解できません。それに親の言うことをすぐにしないというのも、わかるなあ〜、今はどちらの気持ちも。わかっているけどできないこともあるし、したくないことだってあります。子育てをお母さん中心に考えると、悩みは尽きません。子どもへの不満や怒りがこみ上げてくるでしょうね。きっとこれからも「急いでね」とか、「今すぐやってね」「ケンカしないで仲良くしてくれる嬉しいな〜」と、繰り返し何度も言わなくてはならないでしょう。それに親が思ったとおりに、効率良くいかないことだって多いのです。さらに子どもは「ムダ！」と思うようなことばかりします。しかし、ムダだと思ふことの中には大事なことがたくさんあるのです。大事なことに手を抜けば、後でもっと手がかかります。

帰り際、二人のお母さんは「私たち、価値観を変えないと……」と、ため息をついておられました。講座を学ぶ過程でお母さんがどのように成長していられるのか、私はとても楽しみです。

♡ ハローフレンズ ♡

Our World in 2016

Last month at our church Christmas Eve service, I thought about the Christians who have recently had their churches torched by the terrorists in Iraq, Syria, and places in Africa. As I thought of so much suffering in the world, I felt more like crying than celebrating the Christmas season.



Among the pictures I have seen of the refugees, the one that grabs my heart the most is a four year old girl in one of the refugee camps. A journalist wanted to take a picture of her. She mistook the camera for a gun and raised her little arms high in the air. The expression on her face is indescribable. Her father has already been shot. She seems to be thinking “If you are going to shoot me, go ahead; I’m not going to cry.”

In the 1850’s N.Y. was full of immigrants. Many adults died and the streets in N.Y. were full of homeless children. There was no child welfare system then, and the kids were on their own.

Some church members saw the problem and thought up a plan: send the children out to the farm folks in the Midwest and maybe the people there would adopt them.

Usually they sent flyers ahead announcing the project and saying when the train would come through their area. They would furnish the children with clean clothes, a coat and a Bible and put them on the train along with two or three adults to watch after them.

When the train arrived, interested people would be at the station to look the children over, and make their decision. Usually the babies and the older boys were chosen first.

The Orphan Trains ran from 1854-1929, and about 250,000 children rode on them to their new homes.

We don’t know what the outcome will be for the children in 2016 who have no home. I wonder what we can do to help them?

June Seat (APJapan Founder and Friend)

2016年の世界

12月、教会でクリスマスイヴの礼拝中、私はイラク、シリア、アフリカ各地のテロリストによって、最近、教会堂を放火されたクリスチャンたちの事に思いを寄せました。世界で起こったたくさんの災難を想うにつれて、クリスマスの季節を祝うよりも泣きたい気持ちになりました。

これまで目にした難民の人たちの写真の中で最も私の心を鷲掴みにしているのは、難民キャンプの一つにいる4歳の少女です。あるジャーナリストが彼女の写真を撮りたいと思いました。女の子はカメラを銃と勘違いして、その小さな腕を空中高く上げたのでした。彼女の顔つきは表現のしようもありません。彼女の父親はすでに銃で撃たれていたのです。彼女はこう言っているように聞こえます。「私を撃つならどうぞ撃つ。私は泣かない」と。

1850年代のニューヨークは移民で溢れ返っていました。多くの大人が死亡し、ニューヨークの通りは身寄りのない子どもたちで溢れていました。その当時は児童福祉の制度がなかったので、子どもたちは自分で何とかするしかありませんでした。

いくつかの教会の人達がこの問題を見て、ある計画を考えつきました。それは、子どもたちを中西部の農村に送れば養子にする人たちもいるかもしれない、というものでした。

たいていの場合その人たちは、その計画の説明と列車がその区域をいつ通過するかを載せたチラシを前もって送りました。子どもたちに清潔な服とコートと聖書を持たせ、付き添いの2~3人の大人と一緒に列車に乗せたのでした。

列車が到着すると、関心のある大人たちがその子どもたちを見るために駅に来ており、決めていきました。通常、赤ん坊と年長の男子が先に選ばれました。

この孤児列車は1854年から1929年まで走り、およそ25万の子どもたちがその列車に乗って新しい家庭へと向かったのです。

2016年、家のない子どもたちにどのようなことが待ち構えているのか、私たちにはわかりません。彼らの為に何ができるのだろうかと思います。

APジャパン創設者、友人 ジューン・シート

訳：野口紀子

最近の子どもの状況について、家庭教育について（最終レポートから）

福岡市リーダー 白石美代

近年、共働きや片親世帯が多くなり、親も子もゆったりした時間がなくなっているように思います。時間がなくなると、気持ちの余裕もなくなるような気がします。幸か不幸か手軽なコンビニやファーストフードが多く、お腹を満たすことが目的となれば、何でも揃っています。子どもに何か能力を身につけさせたいと思えば、あらゆるニーズに応えた習い事などネットで調べれば、限りなくあります。それらの情報を活用していくことは時間の有効利用になるし、話題づくりや交友関係を広げる上で役に立つと思います。実際子どもを通じての人間関係は親の人間関係に広がりを持たせてくれるものです。またあらゆる分野の早期教育の有益性も理解できます。

しかし、子どもと歌い、のんびり歩き、一緒に草むらで寝転がる中で目には見えない情緒や知的能力や好奇心が育つのも否定できません。子どもが楽しいと思えるものに親が気づける余裕が必要だと思います。情報過多な時代だからこそ、“これは良くてこれは悪い！”ということだけに振り回されないことも大切です。リズムある生活、朝起きて夜寝ること。ご飯、お味噌汁、食卓を囲むこと。小さいうちから一緒に家事へ参加させること（とくに思春期になるといやがるので・・・）。特別なことをしなくてもあたりまえの暮らしの中で学習能力も高まり、元気に育っていくと思っています。健全な肉体に、健全な精神が宿る。時代の進化とともに変わっていく良い点と、変えてはほけたいせつな点とを理解しておく必要があると思います。それにプラス、勇気づけがあるとベスト！。親も子どもから勇気づけられることで幸せになれます。家庭教育は、社会教育につながるので、子育てに誇りをもって楽しめたいと思います。

読んでますか、ホン？ 春、おすすめの本のご紹介



☆ 「考え方のコツ」松浦弥太郎著 朝日文庫

松浦弥太郎氏は「暮らしの手帖」の編集長をしていた方です。

文章に品性が漂っており、そういう考えもあるのかと目からウロコのホンでした。

☆ 「心に灯がつく人生の話 文藝春秋編 文春文庫

城山三郎 松本清張 吉村昭 宮尾登美子 平岩弓枝 逸見政孝

池波正太郎 司馬遼太郎氏などの講演録です。作家の信条や人となりを感じられるホンです。ちなみに平岩弓枝氏の講演録がじわっと心にしみてきました。

☆ 「乙女なげやり」三浦しをん著 新潮文庫

「痛快へたれ日常エッセイ集」と書かれていたので好奇心から読んでみました。作家ってたいへんだなとか、意外とだらけてるよな〜とか、自由な妄想が溢れているので、まじめな私としてはちょっと驚きでした。面白かったので、一気読み！

☆ 「生きていてもいいかしら日記」北大路公子著 PHP文芸文庫

笑えるということで購入。私には笑える文が書けないので、参考にしたいと思って読みました。笑えるよりも“うそ〜”というおどろきが……。参考にするにはちょっと違う分野かも、がホンネ。

日本各地、さまざまな活動でのAP講座

AP講座はいろいろな地域で、そしていろいろな形で広がっています。活動の形は個人での講座をはじめ、グループやNPOでの地域支援活動とさまざまです。

まず、リーダーの数は福岡県がトップです。リーダー27名、トレーナー8名。他の地域ではリーダー、トレーナー合わせて東京都18名、千葉5名、神奈川県7名、群馬県4名、栃木県3名、愛知県4名です。その他にも埼玉県、沖縄県、長野県、高知県、兵庫県、佐賀県、三重県、そして海外シンガポールにもリーダーがいます。

福岡県のリーダーやトレーナーの中には個人で講座を開いているリーダーもいますし、NPO法人アクティブ・ペアレンティング共育サポートの会員として活動しているリーダーもいます。NPOの活動は毎回「リンク」に掲載していますので、ご覧下さい。NPO法人は、当時の福岡リーダー会のメンバーが立ち上げました。福岡市、あるいは糸島市でワークショップを中心に活動しています。ワークショップを窓口で講座につながるケースも増えています。

講座を開いている中で興味深いのは、渋川市国保あかぎ診療所で開かれている講座です。リンクでもご紹介しましたように、講座は診療所で行われています。リーダーの斎藤先生は草津でもAPを紹介し、地域の子育て支援に貢献されています。一昨年は診療所にお邪魔して斎藤先生のお話や講座のパワーポイントなどを見せていただきました。

また昨年は草津に伺いました。2015年夏号に掲載しましたようにリーダーの松村節子さんが活躍されている子育て支援の皆さんと、受講生で「座談会」を開いていただきました。八王子市では2つのグループがそれぞれに活動しています。「子どもネット八王子」と「自遊塾」です。昨年は「自遊塾」の4名の方がリーダー養成講座を受講されました。

個人的な活動としてめざましいのは、横浜市在住の中瀬さんの活躍です。三越伊勢丹でも講座を担当し、精力的にAPの仕事がされています。「APマジック」のホームページを開いてみて下さい。

同じ横浜市の「manaレインボー」を主催されている松尾さんは深層心理学に基づく自分磨き&人間関係&子育てセミナー、カウンセリングなどを中心に活躍されている方です。昨年はリーダー養成講座を開かれました。千葉のトレーナー橋本さんもカウンセリングルーム「Heart balance」を主催し、カウンセリング、AP講座などされています。

場所もさまざまです。公的な機関で、あるいは幼稚園でも開かれています。福岡市では2つの幼稚園で、他にも東京都では教会付属幼稚園で講座が開催されています。沖縄では教会で、福岡市ではお寺でも始まる予定です。宗派を問わず、誰でも、どこでも、いつでも受講できるのは本当に素晴らしい講座です。

個人で講座を開くのに困るのが場所選びです。ちなみに、私がはじめて講座を開いた場所は「うちの家」でした。前日に家の掃除をして、準備します。お花を飾り、お菓子も手作りしました。もちろん講座の予習も夜遅くまでシミュレーションしてぬかりなく！頑張っていました。講座がある日は家の中がさっぱりときれいになるので、家人は大喜び。最近「カフェ」で講座をしているということを若いリーダーさんから伺いました。「今のママはおしゃれだね～」時代は変わりつつあります。

今後の課題は、若いリーダーさんを育てることです。そのためにも講座を開き、APの素晴らしさを伝えていきたいと思います。

リーダー、トレーナーの皆さんと一緒にがんばっていきたいと思います。どうぞよろしく願い致します。リーダー養成講座を終了されたみなさま、最終レポートをお待ちしております！



海外でもAP！海外だからこそAP！

謹賀新年。

AP仲間の皆さま、赤道直下にある常夏のシンガポールから今日は！！

リンク読者の方がたへのご挨拶、海外子育て事情をお伝えする機会をいただきましてありがとうございます。離れた地にいればいるほど日本のAP仲間の皆さまとの交流は有難く元気を頂けるものです。

ここシンガポールには3万人を超える日本人が住んでいます。日本人学校も海外で1、2を争う大きさで、日本にいるのと同じような生活が出来ます。海外の中ではとても整った環境だといえるでしょう。それでも子育てには悩みはつきもの。海外生活が初めの子育ては大変です。お父さんも新任地での仕事に忙しく相談できる時間も少ない上に、日本にいれば参加できる地域の子育て支援センターなど、頼りにできる相談所も限られています。生活様式や言葉の違い、現地や外国の方がたのお付き合い、或は国際結婚での子育てなど、エキサイティングではありますが、わからないことも沢山あるはず。こんなチャレンジングな環境でAPが役に立たないわけがありません！

というのは、他でもない私自身がAPに助けられてきたからなのです。長女はアメリカで出産、その後娘は小学校の半分を香港で過ごしました。後に続く長男は小学校の1年生から6年生を韓国ソウルで過ごしました。文字通り、親兄弟など頼れる人が誰もいない中での子育てライフです。

日本を出るとそれまで当然だと思っていた価値観が何度も揺さぶられ、自信喪失に陥ります。例えば、「出されたお菓子は端の方からとるように」という（昔の日本では当たり前の）教えを受けていた私は長女にもそう言っていました。でもそれは、他の人を思いやり、謙譲の精神を大切にするという社会文化的合意があるから価値があるのです。その土台がない所では、もしかしたら単に「お菓子は好きじゃないのね。」と思われるだけなのかもしれないのです。愛しい娘が好きなお菓子の端っこしかいつも食べられない様を目の当りにし理不尽な思いを否めませんでした。が、それ以上に強く感じたのは「こんなことで困っていたらこの先どうなるのだろう！」という大きな不安でした。些細な出来事ではありましたが、それは「日本の文化」対「海外環境」の悩みの全ての始まりのような気がしました。

子どもには日本の文化と習慣を身に着けてほしい、でも海外の方々とも自信をもってやってゆけるような国際感覚をもしっかりと身に着けてほしい…。海外にいる多くの親御さんの共通の悩みではないでしょうか。

親としていったい何が出来るのだろうか？何をしたらよいのだろうか？その悩みの答えへの大きな柱となってくれたのがAPです。親として何か芯の通ったものをもとめていた私にはぴったりでした。一時帰国中に神奈川で開講されていた坂井メグさんのもとAPを学び、その後当時住んでいた韓国ソウルで同じような悩みをもつお母様たちと学びを深めることもできました。当時の韓国ソウルは韓流ブーム後であったせいか日韓カップルの若いお母様も多く、小さいお子さんを連れてセミナーにきて下さいました。育児習慣の違いに悩んだり、お子さんの言語の習得についての心配をもっておられました。

APは子育て講座ですが「親としての在り方」講座でもあると感じています。APを学び始めるとまず、「子どもにどの様になってほしいのか」を真剣に考えることになります。これは海外にいる私たち親には特に大切な問いかけです。海外各地の学童期の親御さんに突き付けられるのはまず（選択がある場合）「日本人学校にするのか、ローカルのインターナショナルスクールにするのか？」親として早い時期にかなり大きな決断を強いられるのです。そこには唯一の正しい答えはありません。それぞれのご家庭に合った「その家」の土台、芯づくりに取り掛かることとなるのです。

APはこの10数年間我が家と周りの仲間たちを助け続けてくれています。短い東京生活の間もいわゆる帰国子女のお母様たちとAPを共有しました。帰国後の日本社会への適応や家族関係のことについての悩みにもAPは威力を発揮するのです！思春期の子どもたちについては何処も同じゲームやネット依存についての悩みもありましたが、お互いのサポートのもと根気強く親自身が変わろうとすると、色々なプラスの変化が家族内のあちこちに起こるのも目の当りにしました。（次の*につづく）



*そして新天地シンガポール。APの内容を沢山盛り込んだ現地子そだてサバイバル講座を昨年秋から初めております。当地にいるお子さんたちの元気な成長を願い、連日30度を超える暑い中で頑張るお母さんたちをサポートしてゆきたいと思っております。

APは海外在住の方、海外転勤予定の方、国際結婚をなさっている方、そんな方がたと関わっていらっしゃる方がたにもお勧め、いえ「必須」です！家族のハッピーライフには欠かせません。もしもお知りあいにシンガポールにおられる方がいらっしゃいましたら是非当地の集まりにご参加いただきますように。海外ならではの国際結婚ならではの事柄を交えながらAPの学びを深めてゆきましょう。

海外に居るとどうしても国内の様子からは縁遠くになってしまうもの。そんな時にリンクを通じて皆さまの活動やご様子を知ることが出来るととても嬉しく元気づけられます。場所は違えど悩みは同じです。子そだてに関わるアレコレの発信をこれからも楽しみにしております。^^

三浦 理恵

(当地の活動については

APTAC15@blogspot.sgをご覧ください。)

三浦さんのブログから抜粋

アクティブ ペアレンティング

Active Parenting Program

イン シンガポール

世界で一番大切なお仕事「子そだて」をする皆さまにお届け。海外でのこそだてには「不安」がつきもの。子そだてには「怒り」もつきもの。

一生懸命になればなるほど頭にくることもあります。APはそんなあなたをサポートする親そだてプログラムです。自分の子そだてスタイルを知り、こどもの行動について学び、我が子にあった自分らしい子そだてを楽しみましょう！！

ワイワイ、がやがやおしゃべり時間もたくさんある講座です。^^ 通常は約二時間のクラス、9回が基本コースです。

全回参加された方にはAPジャパンより修了証が授与されます。次回のご案内：

イントロセッション： 2016年1月15日 金曜日
10時から11時半

場所： ジュロン予定。(\$10)

イントロセッション：2016年1月18日 月曜日
10時から11時半

場所： プラス バサ (\$10)

NPO法人アクティブ・ペアレンティング
共育サポート

「ガミガミ言わずに育てる方法」の5回シリーズのワークショップが下記の通り、10月8日から毎月もち文化センターで行っています。

前回のリンクでもご報告したように、毎回キャンセル待ちが出るほど盛況です。回を重ねる毎に参加者同士のつながりもできて、とても和やかな雰囲気ワークショップとなっています。

	日時	タイトル
1	10月8日 (木)	優しい親でいたいのに イライラはどこからやって来るの？ わが子のやる気をグングン伸ばす魔法の言葉
2	11月12日 (木)	小さな言葉が大きなやる気に どうすりゃいいの？子どものしつけ
3	12月10日 (木)	怒ると反抗、放つときやそのまま… 聞いてみよう、子どもの言い分
4	1月14日 (木)	子どもの行動にはワケがある 子育てのエネルギーをチャージ！
5	2月18日 (木)	私らしさを見つける時間 (ひととき)

また、講座のオリエンテーションや体験講座のご案内をくり返し行っていますが、徐々に講座に関心を示す方が増えてきています。ひとりでも多くの受講者が増えるよう願っています。

東区の妙法寺で月1回行われていたワークショップも好評のうちに12月で終了しました。お寺でのワークショップは初の試みでしたが、公共施設の会場とは違って落ち着いた雰囲気、学びを通して静かに自分を振り返るには良い環境だったと思います。また来年度も継続できたらと思います。2月からはまたお寺をお借りして、NPO主宰の講座を行うことになりました。

NPO法人アクティブ・ペアレンティング共育サポート糸島グループは、子育てについてのアンケートを糸島市内の小中学校に配布し実態調査を行っていますが、現在は膨大な数の集計を終え、最後のまとめの段階に入っています。どのように報告書にまとめるのか検討中です。

理事長 佐藤由美



APを学ぶ！「ビフォーアフター」

千葉県柏市トレーナー 橋本 ちかこ

私がAPに出会ったのは、とうに子育て時代が終わってしまっただったので、「とっても残念！」でなりません。

そんな当時の私の子育てモデルになっていたのは、高校生の頃からTVでみていた【大草原の小さな家】の父親と母親の子どもとの関わり方でした。夫婦・親子関係の中で相互尊敬が基盤にあり、さまざまな場面で親が子どもたちの尊厳を大切に扱っていて、子どもたちが、勇気・責任感・協力精神を身につけながら成長していくさまは、まさにAPと通じるものがあったと後にAPを学んで感じました。

「こういう子育てをしよう！」と【大草原の小さな家】をモデルに選択した高校生の頃の自分に拍手です。

そして、3人の子どもに恵まれた私の子育てはいかがなものだったか！？

とにかく一生懸命に子育てをしていました。一生懸命がゆえに、ついつい独裁的な対応してしまったり、勇気くじきをして、子どもの寝顔に涙ながらに反省したり、ママとしての自分に自分で勇気くじきをしたり。そんなママでも、毎日、笑顔で「ママ～」と駆け寄ってきてくれたり、時には私の頭をなでなでして勇気づけてくれていた子どもたち。

そのたびに、改めて【大草原の小さな家】を思い出し、「そうだった！そうだった！私は、ああいう子育てをするんだった！」と勇気を取り戻したものでした。

そんな繰り返しのなかで、少しずつ民主的な立場としての構えが出来るようになっていった気がします。長男（アウトドア派）と次男（インドア派）、真ん中の長女（ミックス派）。それぞれの気質も当然違う。言葉かけによっては、長男には響いても次男にはまったく意味なしなんてことも。これまた、試行錯誤の繰り返し。おかげさまで、いいところ探し力や勇気づけ力が鍛えられました。



一昨年、長女が男の子を出産し、現在1歳7か月。近くに住んでいるので、一緒に遊ぶことが多いのですが、その成長ぶりに微笑むことが盛りだくさんです。見ていると、夫婦でAP的な接し方をしていたりして、驚きです。私も孫にAPを活かしながら、“ばあば”をしていくのが楽しみの一つになっています。

AP基礎講座で学んでいるママたちが、APを実践してみたら、イライラしなくなった、怒鳴ったり大きな声を荒げたりすることが激変した、APではどうすればよいんだっけ？と自問自答することが一呼吸になって怒りの感情を小さく出来たなど、みなさん共通して同じことをおっしゃいます。子どもにしてみれば、刺激が変わるわけだから、反応が変わる。あきらかに学ぶ前とは違って、より良い循環になってきているのが伝わってきます。

APで学んだことを実践しながら奮闘しているママたちの勇気にバンザイ！

♡♡安心を感じる言葉TOP10♡♡

- ① 大丈夫 ② ありがとう
- ③ なんとかなる ④ 心配ない
- ⑤ 特になし ⑥ 安全
- ⑦ 安心して ⑧ 元気
- ⑨ 気にしない ⑩ 落ち着いて

以下のような特徴がある

1. 肯定の安心… 言動や状況を、前向きに捉え、認める。（大丈夫、心配ない、問題ない）
2. 承諾の安心… 申し出や存在を、積極的に受け入れる。（信じて、任せて）
3. 奨励の安心… 行動を支持し協働する姿勢を打ち出す。（できる、いっしょ、一人じゃない）

（生活総研ホームページより）

♡ APジャパンからのお願い ♡

☆ 講座が始まりましたらすぐ受講生の名簿をお送り下さい。その際には郵便番号とお名前にふりがなをつけてお送り下さい。

☆ 年会費はリーダー資格登録年会費(6,000円) トレーナー登録年会費(10,000円) となっております。この年会費にはリンク購読料も含まれております。お間違いのないようお願いします。登録年会費はできるだけ年内に納入をお願い致します。

なお2015年度分の登録会費が未納になっておられる方は2015年分と2016年分の合計をお振り込みお願い致します。

☆ 受講生のリンク購読料は受講年度は無料ですが、次の年度からも購読ご希望の方は年間2,000円になります。購読をご希望される方は振込用紙を同封しておりますのでよろしくをお願いします。

☆ APジャパンの住所は今までと同じですが、住所内(事務所)には常駐しておりません。テキストの注文や受講生名簿の送付などのAPジャパンへのご連絡はできるだけ携帯電話あるいはメールでお願いします。

☆ テキスト(4,000円)は、講座を受講しなくても購入することができます。申し込みはAPジャパン事務所までお願いします。360円送料がかかります。

APジャパン事務所

☎：携帯電話：090-8391-3196

携帯メール toshiko-mama-718@ezweb.ne.jp

P Cメール apjapan@activeparenting.or.jp

あとがき：リンクを編集するのも今年で18年目。少しでもみなさまの役に立つようにと思いつつ、楽しく書いてきました。もう少しおもしろく書けないものだろうか悩んだこともあります。そんな時は「あなたはお笑い芸人ではないでしょうか？」となくさめて下さったジューンさんの言葉を思い出しつつ、下手は下手なりにありのままに書けばいいんだと言いきかせながらの17年でした。「リンク、毎回楽しみにして読んでいます！」と言って下さる方もいて、とても勇気づけられます。何よりも嬉しいのは、原稿の依頼を気持ちよく受けて頂き、紙面を飾って下さることです。どんなことも一人では何もできません。リーダー、トレーナー、そして受講生の方の支えがあってのことです。これからもマイペースで、め切りなしのリンクですが、年4回発行していきたいと思っておりますので、みなさまどうぞよろしく願いいたします。楽しい話や面白いエピソードがありましたら是非原稿を送って下さい。



APP社のホームページ

<http://www.activeparenting.com>

APジャパンのホームページ

<http://www.activeparenting.or.jp>

「リンク」はAPジャパンの印刷物です。

© 2016 発行者 APジャパン

代表 野中 利子

〒814-0111

福岡市城南区茶山2-2-5 (事務所)

電話：090-8391-3196

FAX：092-851-8606

apjapan@activeparenting.or.jp

「リンク」は年間4回の発行で2,000円です。