

子育ての極意はないけれど、少しでもヒントに！

## ひとことアドバイス

### あなただけじゃないよ！

ひょっとして、「わたしだけが」なんて思っていますか。昔から世界中で、親なら誰も似たような悩みを持ってきました。もっと、肩の力を抜いても、大丈夫ですよ。

### あなたの笑顔 子どもは大好き！

あなたが安心してると、子どもも安心します。  
あなたが嬉しいと、子どもも嬉しいのです。  
あなたの笑顔は、ほんとにステキです。

## 子育ては 親育ち

### 誰かに聞いてもらおう！

悩んでいること、不安に思っていること、腹が立つことなど、人に聞いてもらうと楽になります。「こんな些細なこと」なんて思わずに、思いきって誰かに話してみましよう。

### 顔見知りを増やそう！

子どもたちに友達ができるかなと心配することはありませんか。親が顔見知りをつくって、たくさんの人とつながると、子育てが豊かになります。

