

参加者募集！

～親と子の安心を育む～

# CAP カフェ

CAP は元々子どもが自分を守るために始まりました。毎年行っているこの CAP カフェではお茶を飲みながら、子どもたちが一番身近にいるパパママに子どもの安心安全のために必要なことを知つてもらう機会としています。

子どもを守るために、まずはパパママが余裕を持ち、安心安全を感じていることが重要で、日々頑張っているパパママを応援するための時間ですので、お気軽にご参加ください。

## ◆CAPとは◆

Child(子ども) Assault(暴力)  
Prevention(防止)の頭文字を取ったもの。子どもたちが様々な暴力から自分の身を守るために人権教育プログラムです。

【日 時】 令和 8年 1月 20日（火曜日）  
午前 10：00～午前 11：30  
(受付 午前 9：30～)

【場 所】 総合福祉センターやすらぎの郷 「保健センター」  
〒399-8601 池田町大字池田 2005 番地 1

【対象者】 0～3歳までのお子さんの保護者の方  
これからパパ・ママになる方

【講 師】 NPO 法人 子ども・人権・エンパワメント CAP ながの

【内 容】 CAP とは何か、子どもを守るために何ができるかを学ぶ。

【参加費】 無料      【定員】 10名程度

【お申し込み】 令和 8年 1月 16日（金）まで

※託児をご希望の方は申込みの際にお伝えください。

## ◆ 問合わせ・申込み先 ◆

池田町健康福祉課 こども家庭センター

電話 0261-61-5000

## ～これまでの参加者の声～

堅苦しい会を想像してきましたが、同世代の子を持つママと日々の出来事の共感や愚痴を話せて楽しかったです。

CAPには無縁だと思っていたけど、知らない情報もありとても勉強になりました。

イヤイヤ期と自分の余裕がなくなっている事が重なり、イライラしてしまう毎日でしたが、自分の安心・権利・自由についてもっと考えてみようと思った。

「自信」とかむすかしい言葉を子供にどのように教えるか勉強になった。

改めて、子供とのかかわり方や向き合い方、自分を見直す、そして褒めてあげられる時間となりました。

自分ががんばりについて振り返って、さらに、同じママさんと共有できてスッキリしました。みんな同じだと思って、自分だけじゃない事に安心しました。