



寝ない、食べない、
かんしゃく、マイペース...

アプリで子育て相談！

2歳6か月～6歳(小学校入学前)の

子どもの発達理解と保護者のストレスケアのための

保健指導CBTプログラム

※CBT= 認知行動療法

子どもの特性を知る

育児ストレスを理解する

対処法を身につける

内容

- ① 週1回 20分 CBT-PACアプリ実施 ▶ 計5回
- ② 保健師によるオンライン説明会・面接実施 ▶ 計5回



実施期間

最初の面談から

10週間

対象

2歳6か月～6歳(小学校入学前)の
子ども※との関わりに
不安やストレスを感じている

保護者

料金

参加費無料

プログラム終了後、
アンケート3回分の負担軽減として
Amazonギフト券5000円分を
お渡しします



保健師・心理師・保育士
が担当します

募集期間

2024年6月～2026年9月（定員に達し次第×切）

募集人数

26名

※お申込み後にお子さまの発達(感覚プロフィール、対人応答性尺度)と、保護者についていくつかの質問紙にご回答いただきます。
事前参加基準審査の結果によってはプログラムを受けられない場合があります。
※初回の説明は千葉大学子どものこころの発達教育研究センター、千葉市内保健福祉センター、またはオンラインで行います。
※コンピューターによって、すぐにプログラムを開始する群と、開始まで待機していただく群にわかれていただきます。

まずはお問い合わせください！

問い合わせ・申し込み先

メールまたはホームページからお申込みください。

☎ 043-226-2975

✉ rccmd-recruit8@chiba-u.jp

📍 千葉大学子どものこころの発達教育研究センター

▷ 研究代表者: 平野好幸

▷ 担当者: 河崎智子

▼ホームページ



科研費
KAKENHI

この研究は、日本学術振興会(文科省) 科学研究費助成
事業の助成(JP23K10228)をうけて実施します。
また、千葉大学倫理審査委員会の承認をうけています。