

親子の絆づくりプログラム

# 赤ちゃんがきた！ (愛称:BP1プログラム)

「私の育児、これでいいのかしら?」「毎日の育児、私ばかり大変!」「わからないことばかり、どうしたらいいの。」...etc. 赤ちゃんとの生活は不安がいっぱい!

そんな思いをしているのは、あなただけではありません。

ベビープログラムは、初めての赤ちゃんを育てているママのための、仲間・きずな・学びのプログラムです。

安全で安心できる雰囲気の中で、赤ちゃんと一緒に育児の喜び、困りごと、迷いなどを話し合いながら、子育てに必要な知識を学んでみませんか。

□ 受講対象 ・H31年4月7日からR1年8月3日生まれの第1子のお子様とママ (市内在住)

・定員 16組

□ スケジュール (4回連続講座)

日 程	内 容	場所と時間	ファシリテーター
10月4日(金)	新しい出会い	牧之原市総合健康福祉センター さざんか2F (多目的室) 午前10時~12時 (集合9:45)	BP認定ファシリテーター 河原崎 みち子 山村 一恵
10月11日(金)	赤ちゃんのいる生活		
10月18日(金)	赤ちゃんとの接し方		
10月25日(金)	親になること		

□ 申込方法 9/10までに総合健康福祉センターさざんか2F こどもセンターへ申込書を提出

□ 参加費 1100円(テキスト代等) 申込時にお預かりします。

□ 持ち物 赤ちゃんに必要な持ち物などは、後日お知らせします。

□ 主催 牧之原市



裏面が6月開催の様子です。  
安心して参加してくださいね!



切り

◇問合せ先  
牧之原市こどもセンター 田中  
☎23-0083

## 赤ちゃんがきた!(BP1プログラム)申込書

氏 名 (フリガナ)		年齢・生年月日		住 所 (☎)
ママ	( )	歳		( )
ベビー	( )	H . .	男・女	
	( )	H . .	男・女	

\*申込み〆切9月10日(火)(定員になり次第締め切ります)

# 令和元年度 親子絆づくり事業

## 親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた！」(BP1:ベビープログラム)



今年度初回のベビープログラムが6月に実施されました。

ベビープログラムは、初めての赤ちゃんを育てるお母さんのためのプログラムであり、親子とも穏やかに向き合えるようになることを応援するプログラムでもあります。

会場・・・牧之原市総合健康福祉センターさざんか

対象・・・生後2か月～5か月の赤ちゃんとお母さん 母子一緒の参加

時間：期間・・・6/7・6/14・6/21・6/28 毎週1回2時間(10:00～12:00)4週連続

内容(テーマ)・1回目 新しい出会い

2回目 赤ちゃんがいる生活

3回目 赤ちゃんとの接し方

4回目 親になること



今回は、11組の親子が参加してくれました。4回のテーマに沿って、悩んでいる事や相談したい事などを交え、和やかな雰囲気の中で話が盛り上がっていました。また、テキストやDVDを見て感想を伝えあったりもしました。赤ちゃんがぐずれば、おむつを替えたり授乳したりと、赤ちゃんに合わせ無理なく参加できたと思います。新しい出会いも沢山あって毎週楽しみに参加してくれました。

### 参加してくれたお母さん達の感想です

★すべて完璧にこなすのは難しいので70%くらいで大丈夫ということが印象に残った。手を抜ける所は抜いて、気楽に育児をしていきたい。

★心に少し余裕を持って接することができるようになった。

★赤ちゃんの抱き方やマッサージ等を知ることができて赤ちゃんの接し方にバリエーションができた。

★機嫌の良い時でもなるべく構ってあげるようになった。自分のペースでいいんだと思えるようになった。

★同じ月齢の赤ちゃんママに会うことで気持ちにゆとりが持てるようになった。

など沢山の感想をいただきました。



〇〇ちゃん抱っこ  
するよ!



心の安定根は子どもにとって親から贈られる「一生の宝物」です  
起き上がりこぼしのように倒れても起き上がるしなやかで粘り強い人格の素になります。

