

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 ・H30年12月8日～H31年4月6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
6月 7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
6月14日(金)	赤ちゃんのいる生活		
6月21日(金)	赤ちゃんとの接し方		
6月28日(金)	親になること		

- 申込方法 牧之原市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

裏面が昨年度の様子です。

安心して参加してくださいね!



判別

◇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		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 5月10日 (金) (定員になり次第しめきります)

## H30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！』



#### (BP: ベビープログラム) を開催しました！！

牧之原市総合健康福祉センターさざんかを会場に、ベビープログラムを6月7日・14日・21日・28日に実施しました。(次回は、10月に開催予定です。)

ベビープログラムは、0歳児を初めて育てているお母さんのための、人生に一度しかない時間にあてたプログラムです。親子の絆づくり、親同士の仲間づくり、そして、乳幼児期に必要な基礎知識の獲得を目的としています。

生後2～5か月の赤ちゃん(第一子)とお母さんを対象とし、毎週1回4週連続で行いました。全4回で母子が一緒に参加しました。

#### 講座の内容は・・・

- 1回目 新しい出会い
- 2回目 赤ちゃんのいる生活
- 3回目 赤ちゃんとの接し方
- 4回目 親になること



#### 参加したお母さんたちの感想です

- ・今までイラッとしてしまったことも笑顔で接することができるようになった。
- ・気持ちに余裕ができた。
- ・みんな同じ悩みをもっていることがわかった。
- ・子どもに合わせた生活を心がけるようになった。
- ・一人で頑張りすぎず、周りの協力も大切だと再認識できた。

明るい雰囲気の中、同じくらいの月齢の赤ちゃんを育てているお母さん同士で、赤ちゃんのいる生活について話したり考えました。



赤ちゃんも一緒に安心です。抱っこや授乳もOKなので、無理なく参加できました。お母さん同士も仲良くなりました。



資格のあるファシリテーターが進行役です。親用テキストと子育てに必要な知識を整理したDVDを教材として使用します。



初めての赤ちゃんとの生活は戸惑うことがいっぱいです。最初から一人前の親はいません。親は赤ちゃんを育てながら、また周りのサポートを受けながら少しずつ親になっていくのです。

