

# ウェルカムベビーを終えて

9月5日（土）に、第一子のお子さん（3か月～9か月）を持つお父さんとお母さんが、赤ちゃんと一緒に親子でふれあい遊びや簡単マッサージやストレッチをして楽しんだり、みんなで子育ての情報交換をしたりしました。

## 親子ふれあい体操

講師：飯田はづき先生

マッサージやわらべ歌のゆったりとしたものを親子で楽しみました。赤ちゃんたちもご機嫌でニコニコでした♪



パパとママで向かい合ってストレッチ！短い時間でしたが軽く汗をかいて心も体もほぐれました♪



ママがパパをマッサージ♪  
パパもお返しのマッサージをしてあげました。優しくやってあげていたのがとても印象的でした♥



## みんなで情報交換

「パパとママのコミュニケーションのとり方」では、「パパのオムツ替え」「パパの帰宅の様子」2パターンの映像を見て、グループに分かれて話し合いをしたり、子育て中のお互いの気持ちをシートに記入し、内容を夫婦で見合ったりしました。「こんなふうと思っていたんだね！」と笑いあったりする姿も。最後にパパ(ママ)からかけられると嬉しい言葉をお互いに伝え合いました。少し照れながらもお互いに笑顔になっている様子が素敵でした♡



パパグループの話し合いの様子  
(パパとママのコミュニケーションのとり方)

## \*参加者の皆さんの感想\*

★わらべうたを教えてもらってよかったです。家でもやってみようと思います。

★映像の視聴やグループでの話し合いで子育てにおいて悪い事例のあてはまるものが沢山ありました。これをきっかけに良い事例になるように気を付けたいと思いました。

★夫とのコミュニケーションを今よりもっととりやすくなりそうです。もっとたくさん話し合い、感謝の気持ちを常に持ち子育てに励みます。