

# ハローベビープログラム

## ～子どもの権利は胎児から～



初めての出産と育児は、不安がいっぱいではないでしょうか。不安な気持ちや悩み、喜びなどを話し合える人がいると、気持ちが楽になります。安心して出産を迎え、出産後の関係づくりにつながるプログラムに参加してみませんか？

### ○プログラムの概要

1回2時間程度を産前に4回、産後に2回程度行います。

### ○参加対象：第1子妊娠の母親

プログラム第1回の時点でおおむね24週から32週までの方  
(週数については相談に応じます)

※第2回・第4回はパートナーの参加可

○定員 5名程度

○参加費 無料



### 【プログラムの内容】(予定)

第1回 <気持ちをほぐしましょう>

2022年10月2日(日)13:30~15:30

第2回 <いのちの授業>

2022年10月16日(日)13:30~15:30

講師：高野味鈴さん(助産師)

第3回 <赤ちゃんの気持ち・子どもの気持ち>

2022年10月30日(日)13:30~15:30

第4回 <マタニティコンサート>

2022年11月20日(日)13:30~15:30

フルートとピアノの演奏

奏者 フルード：井村香織さん

電子ピアノ：伊藤洋子さん

第5回 <赤ちゃんとおでかけ>

2023年2月頃予定

第6回 <子どもの笑顔がこぼれるように>

2023年3月頃予定

※このプログラムは、三重県子どもサポートセンターからご提供頂き実施しています

### 申込みについて

来館、FAXまたはE-mail(HPからも可能)にてお申し込みください。

下記申込書の項目をすべて記入してください。

メールの方は、件名に必ず「ハローベビープログラム申込み」と入れてください。

メールでお申込みいただいた方には、申し込み受付済みの返信をします。

受信拒否設定になっている場合等、返信が届かない場合は必ずお問い合わせください。

### 申込み・問い合わせ先

津市まん中こども館(指定管理者：津子どもNPOセンター)

津市大門7-15津センターパレス地下1階

TEL059-213-2131 FAX059-213-2132

<http://mannaka-kodomokan.net/>(水曜日は休館日です)

E-mail: [mail@mannaka-kodomokan.net](mailto:mail@mannaka-kodomokan.net)



### 【参加者の感想より】

\*初めての出産で分からない事も多く、不安な気持ちを共有できて良かった。

\*頻度や時間、人数についても無理がなく、コロナでも不安なく参加できる工夫がされていた。

「ハローベビープログラム」参加申込書 申込日 2022 年 月 日

名 前 \_\_\_\_\_ (妊娠 週) (出産予定日 \_\_\_\_\_)

住 所 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_