

プログラムの内容

第1回〈気持ちをほぐしましょう〉

リラックスできる雰囲気の中で、参加者が自分の子どもの頃をふりかえる時間を大切にしています。出産や育児に向かうときの原点になることでしょう。

第2回〈いのちの授業〉

講師：助産師さん

- ・妊娠の成立からいのちの誕生
 - ・赤ちゃん人形による抱っこ体験
 - ・イメージリー 子宮への旅 など
- お腹の赤ちゃんと一緒に出産を迎える気持ちがふくらみますよ。

※パートナーの方もぜひご参加ください

第3回〈お母さんの気持ち・赤ちゃんの気持ち〉

赤ちゃんがすでにひとりの人としてお腹の中のことを意識してみましよう。赤ちゃんとともに出産を迎えるのだということがより身近なことだと思えることでしょう。



第4回〈お腹の赤ちゃんと一緒にコンサート〉

フルートと電子ピアノの演奏♪♪

「お腹の赤ちゃんがすごく動いていました」との感想をいただいたこともある生演奏をお楽しみください。

※パートナーの方もぜひご参加ください

第5回〈赤ちゃんと一緒に〉

赤ちゃんとお出掛け。出産や産後の生活の様子を出し合ひましよう。無事に出産を迎えられた喜びをあらためて感じることができるでしょう。

第6回〈子どもとお母さんともに

笑顔がこぼれるように〉

日々の子どもの変化や成長していく喜びを話すことは自分らしく育児に向き合う誇りをもつことにつながっていきます。

【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、安心して参加できる工夫がされていた。
- *妊娠中から産後まで、不安な気持ちも和らぎました。



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



津市まん中こども館

「ハローベビープログラム」参加申込書

申込日 2024 年 月 日

名 前 _____ (妊娠 週) (出産予定日 _____)

住 所 _____ 電話番号 _____