

親子の絆づくりプログラム“赤ちゃんがきた！”(愛称BP)

～ママになったばかりの方へ～

<BPプログラム>

福井県で
初めて開催！！

0歳児（2～5ヶ月）の子どもを初めて育てている母親に絞った新しいプログラムです。

同じくらいの月齢の赤ちゃんを育てているお母さんが集まり、子育てについて話し合ったり、共感したり、学び合うことで、穏やかな気持ちで子どもと向き合うことを応援する全4回参加型のプログラムです。

～対象～ 生後2～5ヶ月の第1子とお母さん
(BPプログラムに初めて参加する方)

～定員～ 14組

～参加費～ 864円（テキスト代含む）

【開催日程】（全4回 毎週金曜日 10：00～12：00）

| | お子さんの生年月日 | プログラム開催日 |
|---|-------------------|-----------------------|
| ① | 2018年5/3～2018年9/2 | 11/2・11/9・11/16・11/30 |
| ② | 2018年9/2～2019年1/1 | 3/1・3/8・3/22・3/29 |

2019年度は上記以降も開催を予定しています。

～場所～ ハーツきつず羽水 ひよこるーむ

～担当～ BPファシリテーター 坂下 ・ 竹内

<各回のテーマ>

- 第1回 (11/2 ・ 3/1) 新しい出会い
- 第2回 (11/9 ・ 3/8) 赤ちゃんのいる生活
- 第3回 (11/16 ・ 3/22) 赤ちゃんとの接し

安全で安心できる雰囲気の中で、自分の育児の喜びや困りごと親としての迷いなどを2～5ヶ月のお子さんを初めて育てている母親同士で話し合いましょうね。

お申し込み & お問い合わせ ハーツきつず羽水

0120-82-3415

<BPプログラム参加のママたちの声>



2人で家にこもりがちだったころより、余裕を持って子どもに接することができるようになりました。

他のママたちの話やプログラムの話を聞いて、参考になるところを取り入れてみたら、ずいぶん育児も楽になり、自分も子どももリズムができてきました。ひとりじゃなくてみんなで育てるというのを心しようと思いました。

この子を育てていることに自信と誇りが持てました。愛情があふれてきました。自分の心が軽くなりました。

友達がたくさんできて、嬉しかった。

家にいると1対1の関わりで悩んだり、ストレスを感じたりするところもありましたが、BPプログラムに参加して、同じ月齢ぐらいの子やお母さん方と色々な話をしたりする中で、頑張りすぎなくてもいいんだなって気持ちが楽になりました。

【赤ちゃんと一緒にのお出かけ持ち物リスト】

こちらを参考にしてプログラムにご参加下さい。

- ・着替え ・オムツ ・おしりふき ・ビニール袋
(使用済みのオムツは、家に持ち帰るのがマナーです。)
- ・ガーゼハンカチやタオルハンカチ
- ・バスタオルなど大きめのタオル
(寒い時や眠った時に上掛けするのに便利です。)
- ・お気に入りのおもちゃ ・母子手帳 (健康保険証)

【お申し込みの際は...】

- ・お母さんのお名前
- ・お子さんのお名前&生年月日&性別
- ・住所
- ・電話番号 (日中にご連絡がとれる番号)

★上記をお電話または、施設訪問にてお伝え下さい

お申し込み&お問い合わせ ハーツきつず羽水

0120-82-3415

