ハーツきっず

福井県民生活協同組合

生後2～5ヶ月の赤ちゃんを
はじめて育てているママへ

BPプログラム

2022年度

BPプログラム スケジュール

AM 10:00～12:00
PM 13:00～15:00

	日程（全4回）			場所	対象生年月日
1	2022年4月 5日 / 12日 / 19日 / 26日	PM	毎週火曜	志比口	2021.10. 6～2022. 2. 5
2	2022年5月13日 / 20日 / 27日 / 6月3日	AM	毎週金曜	羽水	2021.11.14～2022. 3.13
3	2022年5月24日 / 31日 / 6月7日 / 14日	PM	毎週火曜	はるえ	2021.11.25～2022. 3.24
4	2022年7月 1日 / 8日 / 15日 / 22日	AM	毎週金曜	羽水	2022. 1. 2～2022. 5. 1
5	2022年8月23日 / 30日 / 9月6日 / 13日	PM	毎週火曜	はるえ	2022. 2.24～2022. 6.23
6	2022年9月 6日 / 13日 / 20日 / 27日	PM	毎週火曜	志比口	2022. 3. 7～2022. 7. 6
7	2022年10月6日 / 13日 / 20日 / 27日	AM	毎週木曜	学園	2022. 4. 7～2022. 8. 6
8	2022年11月15日/22日/29日/12月6日	PM	毎週火曜	はるえ	2022. 5.16～2022. 9.15
9	2022年12月2日 / 9日 / 16日 / 23日	AM	毎週金曜	羽水	2022. 6. 3～2022.10. 2
10	2023年1月12日 / 19日 / 26日/2月2日	AM	毎週木曜	学園	2022. 7.13～2022.11.12
11	2023年 2月7日 / 14日 / 21日 / 28日	PM	毎週火曜	志比口	2022. 8. 8～2022.12. 7
12	2023年 3月1日 / 8日 / 15日 / 22日	PM	毎週水曜	はるえ	2022. 9. 2～2023. 1. 1

お問い合わせ＆お申し込み

随時募集中

下記をお電話または施設訪問にてお伝え下さい。

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

要申し込み・定員あり

参加費 ¥1,100（税込み）テキスト代

ハーツきっず　平日 10:00～15:00

ハーツきっず　羽水　0120-82-3415　福井市羽水1丁目117番地
ハーツきっず　はるえ　0120-45-3415　坂井市春江町随応寺25字-1
ハーツきっず　学園　0120-17-3415　福井市学園2丁目9番22号
ハーツきっず　志比口　0120-39-3415　福井市志比口2丁目11番13号

詳しくはHPをご覧ください

BPプログラムとは？

初めて赤ちゃんを育てているママと月齢の近い赤ちゃんたちが集まり、共感し合える仲間と共に学び合うことができる、全４回の参加型プログラムです。

-対象-
生後 2~5ヶ月の第一子&ママ

01　気軽に話せる仲間づくり

４回とも同じメンバーの親子が集まり、
安全で安心できる雰囲気の中で、
子育ての喜び&困りごとを話し合い、
共感し合える機会に♪

02　育児の知識を学び合える場

育児の基礎知識や親の役割など、
初めての子育てに必要な知識を、
仲間と一緒に学び合ってみませんか♪

ファシリテーターがいて安心

テキスト&DVDで学ぶ

- 赤ちゃんの生活リズム
- 体と心の発達
- 赤ちゃんとの関わり方
- 事故防止 など

03　親子で触れ合う時間

赤ちゃんの抱っこの仕方を学んだり、
ベビーマッサージ&体操をしたり、
楽しみながら親子の絆づくりも♪

参加者の声

スケジュール&お申し込み方法は表面をご覧ください。

「家にいるような気持ちで・・・」「赤ちゃんは泣いても大丈夫！」というコンセプトにすごく救われました。他のママさん達と出会えて話が出来たことはとてもリフレッシュになりました。

皆んな悩みは似ていて、自分だけがそう思っている訳ではないことが分かり、心から楽しい気持ちで娘と接することができるようになってきました。

他のお母さんと悩みを共有する事が出来、肩の荷が降りる事が何度もありました。自分の息抜きにもなったし、楽しく参加できました。

全力で頑張らなくても、他の人や地域の施設にも頼って、7割程度の力で育児をすればいいと思えるようになりました。

持ち物

授乳室 あり

オムツ交換台 あり

おもちゃ あり

Check List

- □ 着替え
- □ オムツ
- □ おしりふき
- □ ビニール袋
  （使用済みのオムツ・汚れた衣類の持ち帰りに便利）
- □ 母子手帳（健康保険証）
- □ 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

泣いても大丈夫！
オムツ替えも授乳も
お子さんのペースで♪

必要なら…
- □ 粉ミルク
- □ お湯
- □ 哺乳瓶