

好評につき第7弾

# Q ゼロ歳児のママたちへ…

寒い季節だけど  
あったか〜い部屋で  
お話ししましょ♥

はじめての育児…幸せを感じたり、心細くなったり  
うれしくなったり、悲しくなったり。  
そんなくりかえしの中で奮闘しているあなたへ…。  
同じような立場のママと、赤ちゃん連れでゆったり過ごし話せる  
時間と場所を用意しました。  
出かけていらっしゃいませんか？

- 対象 おおむね0才2ヶ月~5ヶ月(1/22時点で)  
の第一子のお子さんとママで、全回出席で  
できる方(月齢・出欠の詳細はご相談ください)  
2020年
- 日程 **1月 22, 29日 2月 5, 12日**  
毎週水曜日 10:30 ~ 12:00  
全4回の連続講座です
- 費用 無料
- 内容 4~12組の親子で、毎回テーマに沿い育児  
や自分のことについて考えたり話したり  
する講座です。
- 場所 荻田南4丁目5丁目自治会館  
〒224-0007 都筑区荻田南 4-3-7 (Pあり)

主催 NPO 法人のはらネットワーク  
共催 柚木荻田南地区社会福祉協議会  
申込み / 問合せ  
一時保育さんぽ  
メール info@nohara-net.com  
このアドレスを受信可能にしてください  
電話 045-532-9960



堅苦しい勉強型の講座ではありません。お気軽にお申込みください♥

# 0歳児のママたちへ…

毎週一回、同じメンバーで集い、育児のことや自分のことなど色々なテーマで話しをします。聞いているだけでもOK!  
赤ちゃんとおでかけデビューにいかがですか?  
会場はカーペット敷きで、さらに敷物も用意してあります。  
ここでは家にいるようにゆったり過ごせます。  
どうぞ、お気軽にご参加ください。



## 受講者アンケートより

- ・出産後、家にばかりいる生活だったのが、この講座に参加してだいぶ生活が変わりました。
- ・他の皆さんのお話を聞いて自分だけでは思いつかなかったような遊びや対応などできるようになった。
- ・みんな工夫しながら育児をされているなぁと感じました。
- ・行動範囲が広がったことが赤ちゃんにとっても良かったなぁと思います。
- ・よく観察するようになった。
- ・子どもにばかり執着せず、自分を見つめる機会になった。
- ・やってよかったと気付かされたことが自信にもなり不安だったことをスッキリしたり笑ったりと本当に良い時間でした。
- ・すべて楽しかったです。子供のこと、もちろん自分についても見直す機会になりました。
- ・他のママ達に聞いて子供が喜びそうなことを試したりしました。毎日今日が1番かわいいを更新しています。
- ・他のママ達も赤ちゃんに対して不安になっていることが理解できてよかった。そして解決策を見出せて本当によかった
- ・日々過ごす中で余裕ができました。色々と悩んでいたことがありましたが、この会に出ることでみんなそうなんだとわかることで、とても気持ちが楽になって穏やかに赤ちゃんに接することができる時間が増えました。
- ・他のお子さんの様子や、赤ちゃんをあやしている他のお母さんの姿を見ていて気づくことが多くありました。
- ・赤ちゃんへの接し方の方法が広がった。育児の楽しさを再確認した。
- ・リフレッシュできるので心に余裕を持って接することができました。
- ・みんな大変なんだ1人じゃないと思えたのが良かったです。



- 持ち物 バスタオル  
オムツ・ミルクなど育児に必要なもの  
赤ちゃんのお気に入りのおもちゃ  
(ガラガラなど)  
ママの水筒

- 会場地図のQRコード→



- 当日の連絡は  
「一時保育さんぽ」まで  
045-532-9960 (8時45分～)

本事業は(株)横浜都市みらいによる「都筑 motto いきいき 元気プロジェクト」の支援を受けています。