



ふたご新聞

2019年 2月号

尼崎市保健所 健康増進課
〒660-0052
尼崎市七松町1丁目3番1-502号
TEL 06-4869-3033
FAX 06-4869-3049

2月4日（月）は、今年度5回目の「ふたごのための育児教室」でした。

ママパパ6名、ふたごちゃん5組の参加がありました。

今回は『親子で遊ぼう Time』ということで、講師としてNPO 法人こどもみらい尼崎の岩佐恵子さんと西口真美さんをお呼びして親子で楽しい遊びを行いました。



親子遊び

まずはみんなであいさつのお歌に合わせて親子で触れ合いながら体を動かしました。

次にお名前呼びです。歌と手拍子に合わせて名前を呼ばれたら、タンバリンにタッチしてお返事してくれました。

お名前呼びの後は豆まきごっこをしました。新聞紙をびりびり破いたり、丸めたりして豆を作って、鬼の顔のついた箱に投げ入れました。

豆まきごっこの後は絵本の時間です。いろいろな動物がお風呂にやってくるお話でした。子どもたちは絵本の前に集まり「ゴシゴシ、しゅっしゅっ」と声かけに合わせて背中を洗い合いっこしました。次はどんな動物が出てくるのか、興味津々でした。

絵本の後は楽しいバスのお歌です。左右のカーブや急ブレーキに合わせて、ママも子どもも全身をめいっぱい動かします。赤ちゃんは、ママに抱っこされながらの参加でした。

お話を聞いたりたくさん体を動かしたり、ママも子どもも楽しい時間を過ごしました。





座談会

座談会では、参加者同士で経験した妊娠中や育児のことなど話し合いました。

ここで座談会でのお話を紹介します。

Q. 歩き始めると、外出した時に二人とも見ることが大変で、遊びに出ることが難しい。どこに遊びに行ってる？

A. 尼崎の森中央緑地のような広くて外に出ることがないところで遊んでいる。

家の前にある小さな公園で、遊んでいる。近所の人たちとも顔見知りになったので、子どもたちのことも気にかけてもらえている。

Q. 離乳食が3食になって食べさせるのに時間がかかってしまう。朝10時に家を出かけることは難しくなっている。どんな工夫してる？

A. カレーや五目あんかけなどのレトルトを活用している。ご飯に混ぜたり、パンにカレーをつけて食べさせたりしている。

Q. お風呂に入れるのが大変。自分で座れるようになったけど目が離せない。

A. 母は服を着たまま子どもを洗っている。母自身がシャンプーをするときも、上を向いて目を開けたまま洗うようにしてる。お湯を張ったバケツに子どもを入れて、こけたり溺れることがないようにしている。

また、眠り方について、どうしても母に引っ付いていないと寝ない家庭や、親子別々の布団で寝ている家庭、父母がそれぞれ一人ずつと寝ている家庭など、それぞれのご家庭のお話で盛り上がりました。

次回もご参加お待ちしております！

