



ふたご新聞

2020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3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9名、妊婦さん1名、ふたごちゃん9組、その他ごきょうだいやおばあ様3名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さんと西口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。

そのあとは節分ということで鬼の顔のついた箱にボールを投げるなど、季節に合わせた遊びを通じて体を動かしたり、絵本を読んだ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。

座談会でのお話を紹介します。

Q.現在妊娠中だが、入院までに準備しておいてよかったことはある？

A.私の時は切迫早産になり 23 週で入院になってしまった。入院に向けた準備は早くしておいた方がいい。

Q.夜泣きで 3 時ごろ起きてしまう。同時授乳もしているが、それだけでは満足してくれない。二人同時に寝かしつけようとする寝てくれないが、一人ずつだと寝てくれるので実家に預けると寝てくれる。夜にお父さんを起こすのも気を使うし、どうしたらいいかな。

A.一人で寝かしつけるのは大変だから、ぜひお父さんにも協力してもらって！

Q.今歩き始めたところで、二人と一緒に手をつなぐのが難しい。迷子防止用のひもは使っている？

A.引っ張った衝撃でこけてしまうということ聞いたことあるので、使っていない。手をつなぐことを練習している。子どもから握らせるグッズもあるので、試してみてもいいかな？

Q.4 月から保育所に入所予定だが、預けるときに工夫できることはある？

A.煮物をいっぱい作って晩御飯を子どもにすぐ食べさせられる準備をしていた。洗濯物は夜に済ませておいた方がいい。家族にはできるだけ助けてもらうこと。

いただいた感想もご紹介します。

{ 今日紹介のあった絵本を読んでもみます！
{ ふたごを安心して遊ばせられる場所がないので、とても助かります。



今年度は今回で最後となりました。

次年度も妊娠中の方、産後の方、パパやご家族、多胎の育児にかかわる人皆様のご参加お待ちしております！

