

# 親子の絆づくりプログラム “赤ちゃんがきた！”

## BP プログラム

BP は初めて0歳児を育てているお母さんのためのプログラムです。

- \*初めての子育てに自信が持てない・・・
- \*とにかく不安・・・
- \*みんなはどうしているのだろう？
- \*子育て仲間が欲しい・・・
- \*赤ちゃんとどうやって関わればよいのだろう？ などなど、

子育てがはじまって、楽しさと同時に困ったり悩んだりすることもあると思います。是非、BPに参加をして一緒に子育てを考えてみませんか？  
きっと、気持ちが軽くなり赤ちゃんとの絆が深まることでしょう。



### BP は 4 回シリーズのプログラムです

日 時：①令和元年5月30日（木）②6月6日（木）

③6月13日（木）④6月20日（木）

10時半～12時半 ※ ③のみ13時～15時

対 象：2～6か月の赤ちゃんを初めて育てているお母さんと赤ちゃん  
(基本的に4回参加できる方)

参加費：無料

講 師：寶川雅子氏 鎌倉女子大学短期大学部准教授 (BPJ 認定ファシリテーター)

会 場：保土ヶ谷区地域子育て支援拠点こっころ 研修室

申込み： 電話または来所 4/24（水）より 先着 10 組程度

 340-0013

### 主催・問合わせ

保土ヶ谷区地域子育て支援拠点こっころ（担当：藤平）

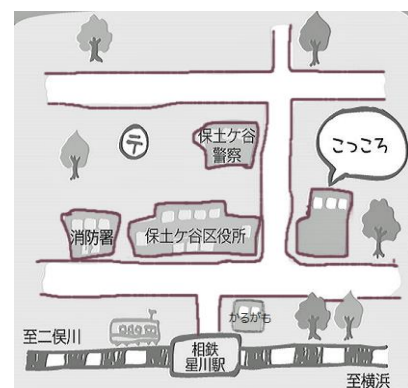


横浜市保土ヶ谷区川辺町2-5

パークタワー横濱星川1階

<http://www.kokkoro.org/>

協力：保土ヶ谷区役所 こども家庭支援課



# BP ではどんなことをするのか？

BP は、4回シリーズのプログラムです。



内容・テーマは・・・

第1回	5月30日(木)	新しい出会い
第2回	6月6日(木)	赤ちゃんのいる生活
第3回	6月13日(木)	赤ちゃんとの接し方
第4回	6月20日(木)	親になること

参加者同士、話し合いながらプログラムが進んでいきます。

赤ちゃんが泣いても大丈夫です。授乳やおむつ交換も気兼ねなく行えます。

各回の後半30分は、質問・交流タイムです。他の参加者と話をしたり、専門家にアドバイスを求めたりすることもできます。

## BP に参加された方の感想です！

- ☆同じ悩みを持つ母親たちと話したり交流できて、「悩んでいるのは自分だけではない」と安心できた。
- ☆参加して、イライラが減った。「困ったことを相談できる場所」があることで焦らなくなった。
- ☆テキストを家に持って帰れたので、夫も読むことが出来た。
- ☆小さな悩みや不安を聞いてもらえてよかった。
- ☆授かった赤ちゃんを大事に、楽しみながら育てたい。一緒に成長していきたい。
- ☆参加をすることが外出するきっかけとなった。  
一人で子どもを連れての初めての外出が楽しかった。
- ☆今まで、家にいるだけの毎日だった。週1回の参加がすごく息抜きになった。
- ☆自分の子と同じくらいの「よその子」をみられて良かった。
- ☆プログラム中は、いつでもオムツ替えや授乳ができたり、「敬語なし」の環境が良かった。
- ☆赤ちゃんの泣く意味や発達の過程がわかって「うちの子だけ変なの？」と思うことがなくなった。
- ☆参加をして育児に積極的になれ、子育てに自信が持てた。

