

親子の絆づくりプログラム (BPプログラム)

赤ちゃんがきた！



かわいいかわいい赤ちゃん・・・でも初めての子育てでは不安がいっぱいですよね。はじめから完璧な親なんていません。赤ちゃんも大切に、あなた自身も大切に、ゆっくりと親になっていきましょう。

生まれ月の近い赤ちゃんを育てているお母さんといろんなお話をしながら『仲間づくり』をしたり、『親子の絆』を深める全4回のプログラムです。ドキドキハラハラ初めての子育て♡ 応援させてくださいね。

○対象 生後2～5カ月の第1子の赤ちゃんとお母さん

*プログラムに初めて参加される方、各期1回目～4回目のプログラムに参加できる方

○定員 親子6組程度(定員となりましたら締め切らせていただきます)

○令和6年度開催予定

第14期	R5年11月～R6年2月4日生まれ	R6.4/4(木)	4/11(木)	4/18(木)	4/25(木)
第15期	R6年1月～R6年4月6日生まれ	6/6(木)	6/13(木)	6/20(木)	6/27(木)
第16期	R6年3月～R6年6月1日生まれ	8/1(木)	8/8(木)	8/22(木)	8/29(木)
第17期	R6年5月～R6年8月3日生まれ	10/3(木)	10/10(木)	10/17(木)	10/24(木)
第18期	R6年7月～R6年9月28日生まれ	11/28(木)	12/5(木)	12/12(木)	12/19(木)
第19期	R6年9月～R6年12月6日生まれ	R7.2/6(木)	2/13(木)	2/20(木)	2/27(木)

○内容

1回目

“新しい出会い”

- ・お互いを知る
- ・他のママの育児を知る

2回目

“赤ちゃんの
いる生活”

- ・赤ちゃんの生活リズム
- ・赤ちゃんの必要な環境を知る

3回目

“赤ちゃんとの
接し方”

- ・赤ちゃんのこころと体の発達を知る
- ・どうして泣くの？

4回目

“親になること”

- ・子育てしながら親になっていく
- ・自分も大切にすることの必要性を知る

○時間 13:30～15:30

(前半の1時間半はプログラム、後半30分は交流・質問タイム)

○場所 きつきひろば(木のおもちゃと絵本Kikkireki[キッキレキ])※かわしまクリニックのとなり

○参加費 無料(ただし、初回のみテキスト代1,100円が必要となります)

○申込み お電話でお申し込みください(Kikkireki ☎0745-51-1217)

※令和6年1月時点での予定です。諸事情により変更する場合があります。

ご了承くださいますようお願いいたします。

☆このプログラムは、かわしまクリニック併設『木のおもちゃと絵本Kikkireki』において、令和3年10月より開始し、第8期より『きつきひろば』(香芝市つどいの広場事業)においても開催しております。

〈お申込み・お問合せ〉

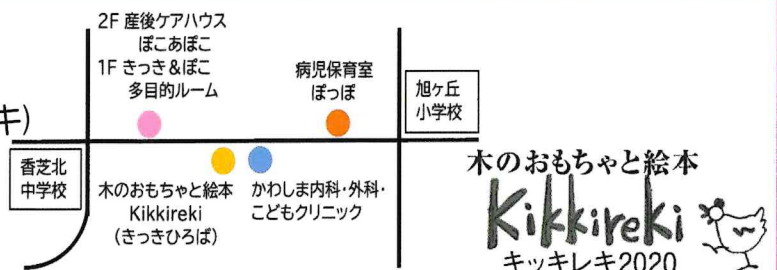
かわしま内科・外科・こどもクリニック併設

木のおもちゃと絵本 Kikkireki(キッキレキ)

〒639-0266 香芝市旭ヶ丘2丁目30-11

☎ 0745-51-1217

〈月火木金 9:30～16:30 水士 9:30～13:00〉



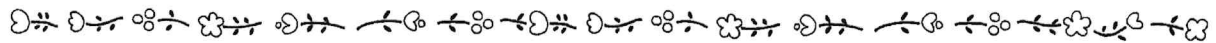


赤ちゃんと一緒にのお出かけ持ち物リスト



赤ちゃんと一緒にのお出かけする時の持ち物を用意する時、あれこれと考え荷物が増えてしまいがちです。

このリストでは、お出かけに必要な物を示していますので、参考にBPプログラムにご参加ください。



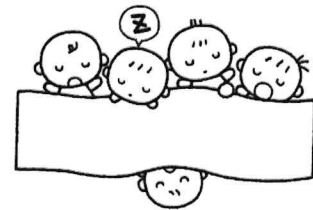
- 着替え（赤ちゃんの服が汚れてしまった時のための着替え）：1組
- オムツ：2～3枚
- おしりふき（携帯用の小さいものもあります）
- ビニール袋（使用済みのオムツや汚れた服などを入れるのに役立ちます）



使用済みのオムツは、外出先のゴミ箱には捨てず、家に持ち帰るのがマナーです。紙オムツ専用のゴミ箱が設置されている場所では捨てることもできます。

- ガーゼハンカチ やハンドタオル：汗やよだれをふいたりするときに便利です
- バスタオルなど大きめのタオル：1枚

プログラム中に赤ちゃんを寝かせる時の敷物として使用したり、寒いときに上掛けにしたりと1枚あると便利です。



- お茶（後期プログラムに参加する場合、赤ちゃんの水分補給用に）
- お気に入りのおもちゃ（必要な人）：他の人のおもちゃと区別ができるよう、目印などをつけておくと良いです。
- 母子健康手帳・（健康保険証）

赤ちゃんの体調不良は、すぐに受診が必要な場合があります。母子健康手帳には出産時、健診の状況から予防接種の記録があります。外出時に健康保険証とともに持っていればスムーズに受診などに対応することができます。

- 粉ミルク、お湯、哺乳瓶（必要な人）



ミルクは赤ちゃんが飲む直前に作ります。あらかじめ作ったミルクは、時間が経つと細菌が繁殖する可能性があります。

