

パパ、ママになる心の準備

プレパパ・ママ教室

産まれたばかりの赤ちゃんのことや、沐浴実習や妊婦体験、管理栄養士による離乳食の調理実習などを通して赤ちゃんとの生活のことを学びます。初めて妊娠を経験する妊娠16週～31週ごろの妊婦とその家族を対象に年4回開催しています。

問 健康推進課 ☎ 53-3623



妊娠中のサポート

沐浴実習、妊婦体験、離乳食の調理を体験した夫婦を直撃！



山本真一 朋美さん 夫婦

双子の赤ちゃんをお腹に宿し、開催日近くまで入院していた朋美さん。真一さんは入院先の静岡県まで毎週通っていたそう。「沐浴は力加減が難しく、意外に重かったですが、頑張って2人入れなければ。愛情たっぷり育てたいです」と双子の赤ちゃんの育児にやる気満々の真一さん。「溺愛しすぎて嫌われないようにね」と朋美さんとやりとりする姿からは、妊娠中の苦難を共に乗り越える中で築いた、夫婦の絆がうかがえました。



澤野雅司 広美さん 夫婦

「妊婦体験ではかんだり、起き上がったりする難しさや体の辛さが実際にやってみてわかりました」と雅司さん。ご主人の妊婦姿が面白いと、思わず笑みがこぼれる広美さんは「初めての育児なので、主人を誘って参加しました。普段から率先して家事もしてくれるので、頼りにしています」と、雅司さんへの信頼がさらに厚くなった様子。育児への不安が和らいだことで安心して出産に臨めるという思いが、広美さんの笑顔から感じられました。



石川 龍 碧さん 夫婦

仕事の都合で関東から転動してきた石川さん夫婦。教室への参加は興味があった龍さんが決めたそう。「どの体験も緊張しました。離乳食はアレルギーが心配ですね」と早くも育児に真剣な龍さん。碧さんは「スプーンを口に平行に入れてもらわないと、飲み込みにくいのがわかりました」と離乳食をあげるポイントをつかんでいました。細かいところによく気が付く龍さんと大らかに物事に取り組む碧さん。足りない部分を補い合う2人は育児へのパートナーシップも万全のようです。

妊婦教室

妊娠12週～20週ごろの妊婦を対象に、妊娠の経過や妊娠中の食事の目安を学ぶ教室を年4回開催しています。

体重増加が気になる人や血圧が高い人、予定日の近い妊婦同士で交流したいという人など、初産、経産に関わらず気軽に参加してください。



赤ちゃんのことや妊娠中のことは、私たちに何でも聞いてください！



健康推進課母子保健グループの保健師・管理栄養士

ママの声

ママ目線の「子」育て環境を一緒に考える

核家族化や共働き世帯の増加、地域のつながりの希薄化など、子育てを取り巻く環境は多様化しています。子育て支援策の充実が図られる一方、今も昔も子育ての大変さや親の悩みはほとんど変わらないようです。今必要とされているのはお母さん目線の子育て環境ではないでしょうか。日々子育てに奮闘するお母さんが満足していることや不満に思っていることに耳を傾け、悩みに寄り添うサポートを取り上げます。



中山 朋美さん

引っ越してきてからあい・あい・あいを交流の場としてよく利用しています。このような場所が増えていろんなところへお出かけできるといいなと思います。

日陰があって、小さい子向けの遊具があるような公園がもっと増えてほしい。

残業にも対応できるサービスが充実していて助かっていますが、子どもと一緒に過ごす時間ももっと欲しいです。

仕事帰りに受診できる小児科が市内にあって、安心です。

支援センターは楽しい行事がいっぱい。わざわざ市外から来る親子もいますよ。

男性トイレにもベビーキーパーやおむつ替えシートが欲しいです。パパに子どもを預けた時に困っていました…。



紙田 百合子さん