

# I-1 子育てははじめの一步

## テーマ

かわいい子どもを授かって、幸せもひとしおですね。

赤ちゃんは、大人が世話をしないと、生きていくことができません。

あなたが愛情をこめて世話をすると、かわいいくさで愛情を返してくれます。

子どもを育てるということは、並大抵ではありません。「一人で育てよう」と考えないで、家族や友だちと語り合い、仲間の輪の中で、子どもが生きる力を身につける子育ての知恵を見つけていけたらいいですね。

赤ちゃんの誕生を振り返りながら、自分の気持ちも大切に、子どもの成長をかみしめましょう。



## Work 子どもの誕生を振り返ってみて

生まれてくる前(どんなことを想像しましたか。)

思っていたよりよかったこと。

生まれてみて現実はどうですか。

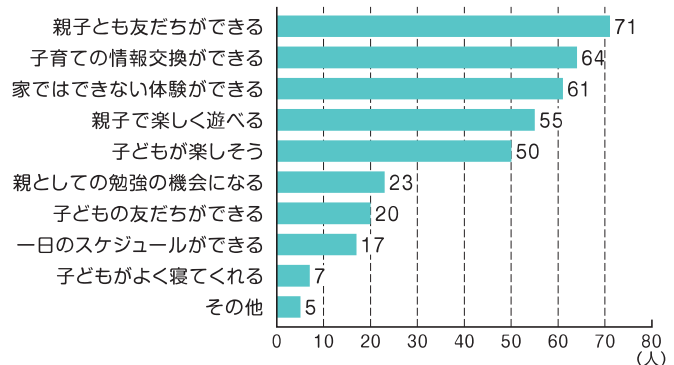
思っていた以上に大変に思ったこと。

## 資料

地域には、親子で一緒に楽しく遊んだり、ママ同士で話しあったりする「子育てサークル」が広がっています。参加しているママたちにその良さを聞きました。あなたも近くの子育てサークルを見つけて、仲間の中の安心子育てへ、はじめの一步をふみだしませんか？

資料:平成19年度三菱財団研究事業報告書  
NPO法人子育て支援を考える会TOKOTOKO

### \* 子育てサークルの良さ \*



## Work

自分の気持ちにあてはまるものにチェックし、他にもあったら書き足しましょう。

- ( ) どのように育てたらいいか、分からなくなったことがある。
- ( ) 誰でもいいから傍にいてほしかった。
- ( ) 泣いてばかりいると、イライラしてかわいく思えないこともあった。
- ( ) 体重が増えないのは母乳の出が悪い自分のせいだと思った。
- ( ) 自分ばかりが大変な思いをしていると思えた。
- ( ) 他のことを考える余裕がなかった。
- ( )
- ( )
- ( )

グループ  
Work

グループに分かれて、子育ての不安や悩みについて、お互いの思いを語り合しましょう。



## 振り返りシート

グループワークを振り返り、気付いたことを書いてみましょう。

- グループワークに参加してどんなふうに感じましたか。
- 他のお母さんの意見から得た気づきや、ヒントを書きましょう。
- あなたらしい「子育てははじめの一步」に関して思うことを書きましょう。