

0歳児親子活動プログラム

[R3] 第1回「スキンシップと言葉かけ」

- ・ 親の姿を見て子どもは育つので、親は子どもの手本となしてほしい。
- ・ 子どもは、自分の話を聞いてもらうことによって、自分の意見を言え、人の話を聞ける子になる。
- ・ ロールプレイを体験する中で、聞く態度を学ぶ。
- ・ 他の母親とのスキンシップを体験することで、友達づくりの第一歩とする。
- ・ 親が安心感の大切さを学び、声かけやスキンシップの大切さを理解する。

時 間	流れ	活動内容・ねらい	動 き
10:00	はじまり * スタッフ自己紹介 * 注意事項説明 * 遊びの紹介 * うた・手遊び・ふれあい遊び * 導入・アイスブレーキング	<ul style="list-style-type: none"> ・ 来た人から順番にすわってもらえるよう場所を案内する。 ・ 詳しいスタッフ紹介は紙面で行う。 ・ 携帯電話をマナーモード、私語は慎む等 ・ 手づくりおもちゃの紹介（見本を机に並べて置き、帰りにみてもらうようにする） ・ うた・手あそび・ふれあい遊び ・ 出合いの体験（仲間分け）その場で手を挙げてもらう。地域分けも入れる。 	社会教育 課担当
10:25	参加者の能動的活動 * スキンシップと言葉かけ ・ 無言で赤ちゃんに触る／しゃべりかけながら赤ちゃんに触る ・ とりのりとペアになり目を見て話す大切さを味わう （聞き方：目を合わす・合わさない、相づち打つ・打たない） 好きな食べ物・がんばっていること	<ul style="list-style-type: none"> ・ スキンシップと言葉かけの大切さを、体験を通して学ぶ ・ あかちゃんとの体験は20秒ずつ行う。 ・ とりのりと人とペアになるよう伝える。聞く態度を学ぶために、実際に体験し学ぶ（アサーションにより聴いてもらう心地よさ、話せる快感を味わう）共感 ・ 人の話を聞く態度（マナー）を伝える 	子育て支援 センター
10:45	シェアリング（3人1組になる） * グループでの話し合い 赤ちゃんは基本母のところにいる状態ですわる。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3人一組になるよう伝える。 ・ 自己紹介&あかちゃんの名前の由来 ・ 活動の感想 ・ 1グループずつファシリは入らず、母たちで進めていけるよう一番目を指名する。 	子育て支援 センター
11:00	子育てワンポイント講話 【安心感が豊かな心を育てます】 『ひなたぼっこ』P6 【ふれあいで言葉の芽が育ちます】 『 同 』P7	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体験したことを踏まえ伝える。 ・ 家庭とは何か？「愛」は家庭で学ぶもの ・ 「してもらった」子が「してあげられる」子になれる ・ テレビの害 ・ 言葉の獲得に大切なこと ・ 「意欲」を育てるということ 	社会教育 課担当
11:10	あかちゃんサロンやイベントの紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 情報を黒板に書く。 ・ 地域サークルや乳幼児学級など紹介 	社会教育 課担当
11:15	終了	<ul style="list-style-type: none"> ・ 感想用紙を配る。 ・ 11時45分までは部屋が使えることを伝え赤ちゃんの世話や話す時間などもつ。 	

0歳児親子活動プログラム

【R3】 第2回 「自分を知る」

- ・ 赤ちゃんの行動への母の対応について3つのパターンを体験し、「される側」を経験することで赤ちゃんの気持ちを知るとともに、好ましい対応法を学ぶ
- ・ 子どもが生まれたことによる現在の状況(生活パターンの変化・育児の大切さを目の当たりにした・自分の思うようにいかない、など)を、あらためて知ること、今の状況が特別なことではなく、ありのまま受け入れていけるようにする。
- ・ お互いの状況を交流する(グループワーク)ことにより、ストレスの解消法を知る。

時 間	流れ	活動内容・ねらい	動 き
10:00	はじまり * うた・手遊び・ふれあい遊び * アイスブレーキング	<ul style="list-style-type: none"> ・ 受付でママの出身地を聞いて名簿にメモしておく。進行役の隣から市外・市内に分けて座る場所を案内する。 ・ うた・手あそび（毎回同じものと違うものをとり混ぜて） ・ バースデーチェーン（無言で移動する。）意図を伝える。 	社会教育課 担当
10:25	参加者の能動的活動 * わたしの気持ちを知る ・わたしの気持ちを話し、聞き手は目を見てしっかり聞く。 * 赤ちゃんの気持ちを味わう ・ハイハイしていて何かを見つけて母を振り返る→母のかかわりの3パターン	<ul style="list-style-type: none"> ・ 今ほしいもの・うれしかったこと・悲しかったこと・怒っていることなど3つのお題を出し考えてもらう。全員1回ずつ答えてもらう。 * 赤ちゃんの気持ちを知る ・ とりの人とならになりロールプレイをとおして、赤ちゃんの気持ちを知る。渡す真似をし、直接物のやりとりはしない。 	子育て支援 センター
10:50	シェアリング	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1グループ3人ずつになるよう伝える。 ・ 自己紹介・体験の感想 	子育て支援 センター
11:05	子育てワンポイント講話 * 【遊びから自立の芽が育ちます】 『ひなたぼっこ』P13 * 【親もたまにはリフレッシュを】 『 同 』P14	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体験を踏まえて話す。 ・ いたずら？あそび？その意味と重要性 ・ 子どもは「あそび」が仕事 ・ 赤ちゃんは泣くのも運動 ・ つらさを押し殺さないで、目をそらさないで、頼れる人・場所の確保をしよう 	社会教育課 担当
11:15	あかちゃんサロンやイベントの紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 情報を黒板に書く。チラシがあれば配る。 	社会教育課 担当
11:20	終了	<ul style="list-style-type: none"> ・ 感想用紙を配る。 	

0歳児親子活動プログラム 【R3】 第3回「自己肯定感を味わう」

- ・ グループワークを通して、見方を変えると短所も長所にかわることを学ぶ
→プラス思考を学ぶ、自分を変えるヒントになる、お互いを知る。
- ・ 相手も自分もステキなところを見つける作業(心の花束)を通して相手の良さ・自分の良さに気づく。
- ・ ほめられる・認められることの心地よさを味わう経験を通して、子どもを認め、ほめて育てることの大切さを学ぶ
→自己肯定感を持つことができる子を育てることにつながる。

時 間	内 容	ね ら い	動 き
10:00	はじまり * うた・手遊び・ふれあい遊び	<ul style="list-style-type: none"> ・ うた・手あそび・ふれあい遊び ・ 板や花束を用意しておく。 	社会教育課 担当
10:20	参加者の能動的活動 *見方を変えると（短所を長所に） ・それぞれ端緒と思われるものを長所として考える。 *心の花束 ・他人にも自分にもあたたかく、ほめられる心地よさを味わう	<ul style="list-style-type: none"> *短所を長所に考え方を变える体験 ・短所→長所を大きく書いたものを用意しておく。何人かに考えたことを言ってもらおう。活動後伝えたいことを話す。 ・ 見方を変えると肯定的に話ができる ・ 親の考え方を子は真似ていく。環境が及ぼす影響力を知る *心の花束を通して、自己肯定感を味わう ・ 3人で1グループをつくり、良いと思うことを2つずつ書く。自分の分を受け取る。 ・ 自己受容と他者の良さを認める体験 ・ まるごと受け入れられる体験 	子育て支援 センター
10:50	シェアリング（3人グループ） * グループでの話し合い	<ul style="list-style-type: none"> ・ 受け入れられた・認められた感想 	子育て支援 センター
11:05	子育てワンポイント講話 *【自分を大切にできる子に育てましよう】『ひなたぼっこ』P15 *【心の発達を知り上手に付き合おう】 *【反抗は成長のあかし】 『 同 』P16・17	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自己肯定感の重要性 ・ 自分を大切にできる子が、人を大切にできる → 思いやりの心 ・ 反抗期の特徴と意味 ・ 子どもの意思を尊重することとルールを守ること使い分け 	社会教育課 担当
11:15	あかちゃんサロンやイベントの紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 情報をホワイトボードに書く。チラシがあれば配る。 	社会教育課 担当
11:20	終了	<ul style="list-style-type: none"> ・ 感想用紙を配る。 	

0歳児親子活動プログラム

第4回「願いのエネルギー」

- ・ 心に願うことにはエネルギーがある 良いことも悪いことも「願い」になっていく
- ・ 自分の育ち・育てられ方を振り返り、今度はわが子をどう育てるか、どう育ててほしいかを考える
- ・ 自分は親として「どうなりたい」か

時 間	内 容	ね ら い	動 き
10:00	はじまり * うた・手遊び・ふれあい遊び * アイスプレーキング	<ul style="list-style-type: none"> ・ 板を用意しておく。 ・ うた・手あそび ・ 地域別にすわれるよう、だいたいの場所を決めておき案内する。 	社会教育 課担当
10:20	参加者の能動的活動 《グループ》 * 自分が子どもだった頃の話をする (回想法で) ・ 印象に残っている家族の話、 よく言われていた言葉	<ul style="list-style-type: none"> * 回想法で、自分の育ちを振り返る ・ 記憶の不思議を知る ・ イヤな記憶を閉じ込めない ・ 聴いてもらうと忘れられる ・ 積極的に願いをもつことの大切さを学ぶ ・ 変えられるのは今の自分の気持ち ・ 自分が小さかった頃の話スタッフに言ってもらおう。 * 子育て相談員（筒井）からのメッセージ ・ 良い願い方と悪い願い方 ・ いつも語りかける言葉の大切さを知る 	子育て支援 センター
10:	* わが子への手紙を書く ・ 15歳になった時に渡す手紙	<ul style="list-style-type: none"> ・ 板・手紙・ペンを配り、それぞれ書いてもらう。 	子育て支援 センター
11:25	子育てワンポイント講話 【親子でたくさんの体験を】 『ひなたぼっこ』P12	<ul style="list-style-type: none"> ・ 絵本・読書の大切さ 想像力を養うこと ・ 感性を育てること ・ 自然に触れることと脳の発達の関係 ・ 親子で、一緒に 	社会教育 課担当
11:35	あかちゃんサロンやイベントの紹介 乳幼児学級・地域サークルなどの紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 情報をホワイトボードに書く。 	社会教育 課担当
11:40	終了	<ul style="list-style-type: none"> ・ 感想＆アンケート用紙を配る。 	