「なないろはぁと」事業　　～うみとつきとあかちゃんと～
妊婦さんのためのお話
ママとベビーのためのお話　　Ｈ２６．６～８＝

講師：助産師　森本　雅子先生

★妊婦さんのためのお話★

妊婦さんの体の変化や健康管理・生活上の注意点
お腹の赤ちゃんの成長や変化など
分かりやすく丁寧にお話しくださる森本先生★

お腹の赤ちゃんと同じ週数のお人形を抱っこ★
わぁ～可愛い♥
こんなに大きくてこんなに重くなってるんだ♥

★　シムス位　★
妊婦さんが仰向けで寝ると
赤ちゃんは圧迫されて苦しい…
そこで、横向きに寝るのがおススメ★
骨盤が床で支えられ、
ママも赤ちゃんも楽なのだそうです♪
散歩をしたり歌ったりいっぱい笑ったりして
リラックスすることが
ママにも赤ちゃんにも大事だと分かりました♥

★ママとベビーのためのお話★

＊蒸し暑い時期＊
赤ちゃんの肌のトラブル他
「今」気になることや
対処法・予防法などを
ご指導くださる
森本先生★

スイートアーモンド
オイルで
ベビーマッサージ

★母子相互作用★
スキンシップは親子の宝物♥
ベビーマッサージで
赤ちゃんもママもうっとい♥

赤ちゃんはママの声を
ちゃんと聞いてくれている♥
日常の些細なことも言葉にして
声をかけながら
スキンシップを♥

★4ヶ月になったら絵本の読み聞かせを★
ＴＶや携帯に頼らず赤ちゃんが大好きなママの声で♥
絵本に興味を示す我が子の様子にびっくりするママたち！！

ママ♥これ
なぁ～に？！

ママの楽しい雰囲気と
優しいマッサージで
心地よくて安心♥

オムツ替えるよ～♪
ママの声かけに
足を上げて協力して
くれる赤ちゃん♥

気持ちよくて
眠くなってきたの♥

★★育児支援員さん大活躍★★

親子をあたたかく見守り
子どもの成長を
ママと一緒に喜んでくださる
地域のみなさん♥