

ひろば利用者の声（H29.9～10）

ぐりぐら♡ほっと講座【マタニティ&産後ママヨガ】

日時：平成29年9月7日（木）10：00～11：30

- とてもリラックスできました。腰痛もちなので、家でもしてみたいです。リラックス中は胎動もすごくて、赤ちゃんもよろこんでいました。
- とてもリラックスできて気持ち良かったです。ありがとうございました。産後サポートの話も聞いて良かったです。
- リラックスできました。また、余裕をもって子どもと関われそうです。お父さん（旦那さん）をどう子育てに巻き込むか、興味深かったです。
- 久しぶりにお腹の子どもと二人でリラックスした時間を過ごすことができました。骨盤や体の事も教えて頂いて勉強になりました。また、是非参加させて頂きたいと思います。今日はありがとうございました。
- 2回目の参加だったんですが、前回よりお腹が大きくなってると、意外と出来て良かったです。肩が痛かったので、すごく伸びて気持ち良かったです。また、産後、来ます。産後は、骨盤を締めるのを教えていただきたいです。

【家庭教育学級①】～ネット時代の子育て～

日時：平成29年9月14日（木）10：00～11：00

- スマホの危険性について、貴重なお話をしていただきありがとうございました。インターネットの持つリスクを実例を交えて解説していただき、大変わかりやすかったです。
- 最初にスマホの絵本を読んで頂き、私自身も、よく娘から、「TV見ないで！」と注意を受け、子どもにとっても悲しい思いをさせていたことを反省しました。もっと、今日から向き合っていきたいと思います。又、スマホ・パソコンの怖さを改めて感じ、今後、注意して接していきたいと思います。
- 初めは、子どもたちが騒がしく、話が聞こえなくて残念でしたが、終盤はしっかり聞いて、すごくタメになりました。ネットや電磁波に気をつけたいなと思いました。すごく話し方も軽やかで、聞きやすくて良かったです。
- いずれは、子どもにケイタイを持たせる時期が来るかと思いますが、持たせた場合は、最低限度の使用、制限を守らせたいと思います。今の世の中、色々な事件に子どもが巻き込まれるので、ケイタイを持たす事は大事な事かと思っていますので、なおのこと守らせたいです。
- 便利・無料のものは危険ということを肝に銘じておこうと思いました。今の時代の危険から自分の子どもを守っていくのはとても大変ですが、これからも勉強しながら、絶対に守ります。子どもを見てくださり、いい話が聞けました。ありがとうございました。
- 携帯があるのが当たり前の時代なので、一切、携帯のない日常生活は、実際、厳しいものがあります。その中で、気を付けていかなければいけないと思っています。特に、子どもに触らせる時は、一緒に居るようにしたいです。

- このような話を聞く機会がないので、とても参考になりました。便利なものほど危険がいっぱいあることを実感しました。子どもが預けられたら、もっと初めから集中して聞けたのと思います。飛ばした話も聞きたかったので、次回もやってほしいです。
- 便利だというだけで、ついつい何も考えずに使ってしまいがちですが、いつもキケンと隣り合わせで使っていることを気にしながら、使わないといけないと思いました。何回も、LINEがキケンだと聞いていましたが、なぜキケンなのか、やっと分かったので、気をつけたいと思います。

【子育て講座】～ベビーマッサージと講話～

日時：平成29年9月28日（木）10：00～11：30

- ベビーマッサージ、気持ちよかったみたいで、終わった後に眠ってしまいました(^)子育ての話も、先生自身の話を交えて教えてくれて、すごく勉強になりました。また、このような講座をしていただきたいです。
- 赤ちゃんの状態に合わせて進行して下さり、参加しやすかったです。また、このような機会があれば来たいと思います。
- 初めてのベビーマッサージでした♡それ以外にも沢山の話を聞いて、育児に対して勇気づけられる部分もありました。今日はベビマでは泣いてしまい、不参加になってしまったけど、また、機会あれば参加したいです。
- 4ヶ月、初ベビマでした♡動き回ってましたが、私も楽しく参加できました。二人目で、上の子がいたりで、なかなかゆったりと関わる時間をもてないですが、少しでも二人だけの時間が取れるようにしたいと思います。ありがとうございました。日々、家事に追われ…反省です。
- まだ、2～3ヶ月の頃にベビーマッサージしましたが、あまり動かなかったのでやりやすかったです。最近をよく動いて、すぐ逃げます。オイルは使ってないですが、お風呂後のスキンケアの時にマッサージしてるので、また、今日の事も取り入れてやっていきたいと思います。また、子育てのお話もありがとうございました。子どもと沢山お話ししてコミュニケーションを楽しみたいと思います。
- 初めての子育てで、成長過程を追っている自分がいた。焦らず、子どもの成長に応じた関わりをしていきたいと思った。また、子どもと触れ合うことの大切さを改めて感じ、子どもと一緒に、父・母として成長していきたいと思った。
- 先生の体験談や想いがつまったお話に、すごく共感できたし、目からウロコな話も聞いて、本当に参加できて良かったです。周りとは比べず頑張ろう！と思えました。ありがとうございました♡

第2回ファミリー講座【ギターデュオ輪音コンサート】

日時：平成29年9月30日（土）13：30～15：00

- 普段、生の楽器の音を聞く事がなかったので、親子ともにいい機会となりました。ありがとうございました。
- やっぱり“生”はいいです。5月にお店のライブを見に行って以来の生演奏。聴いているだけ

で音の響きに胸が踊るといふか、ウキウキしますよね。カメリア～椿～が、まさか、ぐりぐらひろばで聴けるなんて感動でした。作曲された渡辺先生にも我が子たちがお世話になっていて、渡辺先生の演奏も、いつかぐりぐらひろばで聴ける日が来ればいいなと思いにふけてしまいました。

- 親子で生演奏を聞く機会がないので、良い経験になりました。色々な楽器の音色に癒されました。
- とても癒されました。日頃の疲れがとれそうです。フルートやギターの音色がとてもよかったです。
- 最近ゆっくり音楽を聞く機会がなかったので、楽しく過ごす事ができました。子どもも座って音楽を聞けるようになるコツが知りたいですね。
- すごく良かったです。大人向けの曲ばかりで、普段、聞く曲とは違っていたので、新鮮で楽しめました。
- 子どもは違う方ばかり見ていたが、耳に残っていたらいいなと思う。生で聞けて興味を持ってもらえたらと思う。あまり、気軽に音楽に触れられる場面が少ないので、参加できて良かったです。また、企画してもらえればと思います。子どもが見て楽しめるようなことがあればいいなと思います。
- 知らない曲や聞いたことのある曲、癒されました。いろんな楽器を使っているのすごかった。
- こんなに長い時間、ゆっくりと音楽を聞いたのが久しぶりで、癒されました。ありがとうございました。また、リズムカルな曲をたくさん入れて演奏してくれたら、楽しいなと思いました。
- すてきな演奏でとても癒されました。子どもが気になってしまい、もう少し聞きたかったです。
- 生で音楽にふれさせてあげられる機会はあまりないので、とてもうれしかったです。
- 生のギターの音色が心に響きました。あえて、子ども向けでない曲のセレクトもすてきでした。

ぐりぐら講座【ベビー&ママヨガ】

日時：平成29年10月4日（水）13：30～15：00

- 初め、呼吸（息）が吸えなくてビックリしました。ヨガをやるにつれて、体が伸びて深い呼吸もできてきて、リラックスできました♡何度も意識がとびました（笑）良かったです。ありがとうございました。
- 日頃、なかなかストレッチをすることもなかったので、身体が伸びて気持ち良かったです。赤ちゃんも一緒にできて笑ってくれて楽しかったです。
- 何回目かの参加ですが、とても身体もリラックスできて気持ち良い時間を過ごせました。家に帰っても、子どもと一緒にヨガしてみようと思います。ありがとうございました。

ぐりぐら♡ほっと講座【読み聞かせ&ハンドマッサージ】

日時：平成29年10月5日（木）10：00～11：30

- 読み聞かせ・マッサージともに良かったです。普段、ホッとする時間がほぼ無いので、貴重な時間でした。マッサージ、ぜひ、続けてください。

- マッサージする機会が、出産後なかったので、ハンドマッサージできて良かったです。月齢に応じた子どもとの遊び方を教えてほしいです。
- ハンドマッサージは気持ちよくて、主人も疲れているので、やってあげたいです。ヨガの呼吸も癒されました。ベビーサインや赤ちゃんのおんぶの仕方や、おばあちゃん向けの育児など教えてほしいです。

ぐりぐり講座【大人のための読み聞かせ】

日時：平成29年10月18日（水）13：30～15：00

- 久しぶりの参加でしたが、すごく良かったです。毎回感じる『人に読んでもらう気持ち良さ』を今回も体感でき、子どもに読んであげなきゃと思いました。
- 自分自身が読み聞かせを楽しめたので、久しぶりに子どもにも絵本を読みたいと思えました。『いやいやえん』の挿絵がなつかしくよみがえったので、心の奥には残っていたんだと思い、びっくりしました。また、いろんな本と出会いたいです。
- 前回子育てのストレス発散で参加させていただいて、今回も、とてもリラックスできました。今日は子どもとゆったり育てることができる気がします。先生の体験談が、とても参考になりました。
- 先生の声とやさしい雰囲気とても癒されます。今回は子どもと一緒に聞くことになりましたが、家よりおだやかに居られるような気がしました。
- 子どもと離れて自分の時間を持てて、うれしかったです。こういう取組はお母さんも大事にされている感じがして有難いです。絵本は興味深くて、子どものあるある話だったり共感できました。今日読んでもらった本を、また読んでみたいなと思いました。お勧めの本を教えてください。子どもへの読み方とか、コツを教えてください。

ぐりぐり講座【ママとベビーのためのお話・ベビーマッサージ】

日時：平成29年10月25日（水）13：30～15：00

- 子どもとのスキンシップ等、できて良かったです。今後も、今日教えて頂いた事とり入れて、子どもと楽しく過ごしていきます。
- しつけやけいれんについて学んだので、とても勉強になりました。赤ちゃんの寝かしつけについて（知りたい）。
- 1歳4か月で落ち着いてできるか不安でしたが、とても喜んでいました。話がいつもとても参考になるので、次回もぜひ参加したいです。
- 大変勉強になりました。認めるということ、やり方を知れて良かったです。歯のお手入れについて（知りたい）。
- 冬のお肌のお手入れについて知りたかったので良かったです。2か月に1回の季節に合ったお話、毎回学ばせてもらっています。
- ほめるより“認める”ことが大事と聞いて、これから実践していこうと思いました。熱性けいれんの時の対応もきけて勉強になりました。ふれあい遊び、歌などを教えてもらいたいです。
- 先生の話をおきくと、今しかない毎日を丁寧に子どもと楽しみたいと思います。また参加したいです。

- （しつけ）共感をいっぱいしてあげて、心を育ててあげたいと思います。（マッサージ）いつもはお父さんがお風呂上りにつけてくれていますが、お母さんにしてもらって、幸せそうな顔が見れて良かったです♡