

ひろば利用者の声（R元.8～R元.9）

産前産後のほっと講座【産後ドゥーラ ～産前産後のくらしを支える専門家～】

日時：令和元年8月29日（木）10：00～11：30

- ためになる話を聞いてよかったです。
- 困ったときに頼れるところなどを教えて頂けたのはとてもよかったです。また、いろいろお話を聞いて、しんどいと感じるのは自分だけじゃないんだなと思えたので、とてもよかったです。
- 勉強になりました。まだまだ知らないこと多く、日マイライラしたりすることも…笑。助けを求めながら、楽しく子育てしていきたいです。ご飯のメニュー（すぐできる物）とか教えてもらいたいです。
- 色々な施設や活用できるものがあることを教えていただけて勉強になりました。これから出産される妊婦さんとも少しお話できて良かったです。ありがとうございました。
- いろんなお話がきけて良かったです。ひさしぶりに小さい赤ちゃんの姿や声がきけたのも、かわいかったし、よかったです。今後のイベント情報もいろいろ知れたので、また行ってみたいです。
- ホルモンバランスについて知りたかったので、聞いて良かったです。初めての参加でしたが、ゆったりした雰囲気落ち着きました。
- すごく楽しかった。ためになりました(^)妊娠中&育児中の食事教室があれば嬉しい。

手遊び&読み聞かせ（本との出会い推進員さん）

日時：令和元年9月6日（金）10：30～11：00

- 楽しい歌や読み聞かせを集中して聞いていました。他のお友だちと一緒に参加できたのが、すごく楽しかったみたいです。
- 色んなうたや手遊びうたを一緒にやれて娘も楽しそうでした。楽器の音色が好きだったようで娘に鳴らさせてくれたので一層楽しそうでした。ありがとうございました。
- ちょこっと楽器があったり、お歌で楽しんだり、季節の絵本だったり、まったりして聞けました。ありがとうございました。
- 手遊びや楽器も入った読み聞かせで楽しかったです。いつもありがとうございます。

産前産後のほっと講座【産前産後ヨガ・母乳相談】

日時：令和元年9月12日（水）10：00～11：30

- とても心地よい時間をもてました。カラダがすっきりしました。自分に意識をむけて何にも中断されない時間をもててココロもすっきりしました。定期的にこんな時間をもてたらすてきたと思いました。ヨガ気持ち良かったです。ありがとうございました。
- ヨガを初めてしてみて、ゆっくりと流れる時間を家でもとり入れてみたいなと思いました。

- 体が軽くなりました。姿勢が良くなった気がします。目を閉じたら眠たくなってきました。
- 久しぶりにゆったりとした時間を過ごせました。ヨガも体が伸びて、とても気持ちよかったです。
- すごく身体が伸びて、普段使っていない筋肉がたくさんあることに気が付きました。帰ってから時間を作ってしてみたいと思います。陣痛中に楽な姿勢のさがし方とかありますか？
- 身体がとってもスッキリしました！リフレッシュできました。
- 妊娠前にヨガをやっていたので、すごく懐かしくてリラックス出来ました。ヨガもですけど妊娠中にできる運動などもおしえてもらいたい。
- 久しぶりにゆったりとした時間が過ごせてリフレッシュになりました。ありがとうございました。
- ヨガが好きだったので、参加できて嬉しかったです。心身がすっきりしました。ありがとうございました。また、ヨガをしてほしいです。
- ゆっくり自分の身体と向き合えました。家で出来ることはしていきたいと思います。

消防署見学（仁淀消防署）

日時：令和元年9月19日（木）10：00～11：00

- 貴重な体験をさせて頂きありがとうございました。近くで車を見たり、中に乗せて頂いたり、とても楽しかったです。小型車や放水も体験する事ができ内容盛り沢山で、子どもはもちろん、親も楽しかったです。
- 初めての消防署体験が出来てとても楽しかったです。消防車や救急車の中も見れて貴重な体験が出来ました。また次回があるようなら参加してみたいです。
- 今年も消防署見学たのしかったです。今回は、ゆっくりとたっぴりと消防車と救急車の見学・写真もとれてよかったです。毎回恒例の放水やミニ消防車もあって親子でたのしめました。また来年も行きたいです。消防署の方もとても親切でサービス満点で感激しました！！
- 初めて参加しました。こんなに間近で消防車や救急車を見たのは、親である私も初めてのことで、とてもワクワクした時間でした。1歳の子どもの、放水体験や乗車体験に満足そうな表情を見せていました。仁淀消防署の皆さん、とっても優しく対応して下さい、ありがとうございました。乗り物マニアな4歳長男も連れて来たかったなあと思いました。
- 新しい消防車や、実際の救急車の出動の様子が見れて大満足。お兄ちゃんの時～4回目の消防署見学。（終わってしまいさみしい気持ちでいっぱいです）職員のかたも毎回やさしく対応していただきうれしいです。
- 普段乗ることの出来ない運転席に乗ったり放水体験など楽しかったです。また去年出来なかったことが出来るようになったこどもの姿も見れて成長を感じることもでき嬉しかったです。次回も参加したいと思いました。

産前産後のはじめてさんのひろば

日時：令和元年9月20日（金）10：30～12：00

- みなさんとゆっくりお話しできてたのしい時間でした。また今度友人や主人と遊びに来たいで

す。

- 今度、スタイを作ってみたいと思います。少し大きくなって来て遊んだりもし始めたのでぐらひろばを活用したいなと思いました。
- 同じ歳の子どもさんの情報を知れて、一緒だと安心出来る所が多かったです。後、知り合いの方ばかりだったので、とても話やすく楽しい時間が過ごせて良かったです。

出張 Peekaboo ～絵本とわらべうたの時間～

日時：令和元年9月25日（水）10：30～11：00

- 初めて聞く手遊び歌でしたが、シンプルでお家でもやってみたくなりました。
- 小物を使ったわらべうたに子どもが興味しんしんでした。色々な絵本を知れてよかったです。
- スカーフを使ったわらべ歌など、普段の遊びにも取り入れられそうなものがあり、今後もやってみたいと思いました。かわいい絵本に私もいやされました。他のお友だちと一緒に子どもも楽しそうでした！！

