

里帰りする？
本当はして
ほしくない？

赤ちゃんの世話、
夫婦だけで本当に
できるのかな？

夫婦で考える

産後シミュレーション講座

妊娠・出産・育児は「人生の分岐点」！？

復帰のこと、
家事のこと、
ちゃんと話したいな…

産後は
イライラするって
聞くけど、
俺は何したらいいの？

産後もイイ関係で
いるために
私たち、どうしよう？



10年後、20年後。
夫婦が同じ方向を向いて
幸せな家庭を築くために…

女性は、妊娠中から体と心に大きな変化があらわれます。
男性は、特に変化がないので、同じ気持ちで妻に対応しがち。
妊娠中に生じた温度差をそのままにして
出産・育児へ突入すると、気がついたころには
大きな気持ちのズレができていて…。
この講座は、お互いの気持ちのズレに気がつき、
どうしたらよいかを考えるワークショップ。
ぜひ、妊娠中、産後間もないご夫婦に、ご参加いただきたいです。



「初めての
たまごクラブ」
小冊子監修

講師 渡辺大地氏

2011年に株式会社アイナロハを設立し、「産後サポート “ママのわ”」事業を手がけるほか、全国各地で年間1,500組以上のご夫婦への父親学級講師を務める。★著書「赤ちゃんがやってくる!」「産後が始まった!」はamazon 妊娠・出産部門で1位を獲得しています★

12月16日(土)

10:00~12:00

<会場>

日野市市民の森ふれあいホール
コミュニティルーム2(2階)

<参加費> おひとり 1,000円

定員: 40名

保育: 先着5名(1,000円/先着順)

対象: 妊娠中・産後1年未満のご夫婦
(単独での参加も可能です)

▶お申し込み▶▶

詳細は
裏面を
ご覧下さい



夫婦で考える 産後シミュレーション講座

父親学級 vol.9

12月16日(土) 10:00~12:00

日野市市民の森ふれあいホール コミュニティルーム2 (2F)

住所: 日野市日野本町 6-1-3 (駐車場あり 100円/1時間)

定員 40名 / 参加費 おひとり1,000円

保育 先着5名 (1,000円/先着順)

対象 妊娠中・産後1年未満のご夫婦 (単独参加もOK)

<お子さまとの同伴について>

0才児と小学生以上のお子さんは同伴可能です。

1才~未就学児のお子さんは、本プログラムの保育(1,000円)

をお申込みいただくか、信頼できる方に保育をしていただき、

なるべく大人のみでご参加下さい。

ママがスゴイよ! 日野スタイルの父親学級



参加者の皆さんに事前アンケートをお送りします!

参加のきっかけやパートナーシップに関する事前アンケートをお送りします。そのアンケートを基に講師の渡辺大地さんが講座を組み立てる、日野スタイルの父親学級なのです!

事前アンケートは **11/18 (土)** までに返信をお願いします。

お申し込みもお早めに!!

以降もお申し込みは可能ですが、事前アンケートによる講座反映ができません。

これは、イクメン講座ではありません。

夫と妻の距離がグッと近くなる渡辺大地さんの父親学級

夫婦で参加するワークショップ形式のプログラムです。

今回は、2016年6月に参加された石坂さんにお話を伺いました。

最初は遠回しに責められる講座かと…

父親学級参加のきっかけは、妻が持ち帰ったチラシでした。

正直「こうあるべき父親像」を提示されて、遠まわしに責められるような講座?って思っていました。

チラシの裏面や、ブログを読んで「面白そうな内容だし、自分たちのためになる」と思って参加することにしました。

妻からのアラート

私自身、息子が生まれた時は、名古屋に単身赴任中でした。

この子は「どうやら自分の子どもらしい」という感覚しかなく、父親としての自覚はほとんどありませんでした。

産後半年ほどたって、妻からのキャパシティオーバーのアラートが挙がりました。

その時たびたび大学時代の先輩に話を聞いてもらっていて、「初めはオレもそうだった」という言葉に安心した記憶があります。

結局、上司に相談して異動させてもらうことにしました。

それからは、子どもが寝た後になるべく時間をとって、その日何があったかなどを夫

婦で話をするようにしています。これが少なくなるとケンカになるんです(苦笑)。

父親学級を通じて感じていること

父親学級後は、その時間をより意識するようになりました。

講座での課題がヒントとなって、お互いの「どうしてほしいか?」を確認するようになっています。

特に、育児はタスクが多くお互いの「大変」さを解かっているつもりになっています。

でも、実は話をしないと何も伝わっていない。結局、妻も私も「どのくらい解かっているのか」を解かっているのです。

妻に拒絶されているかと思いきや…

先日も、妻が寝れていて不機嫌。会話を拒絶されていると思いました。聞いてみると、実はもっと話してほしいとのことでした。

ぶつかり合う時も、その後の解決までの時間が以前より短くなった気がします。

偏見なしで、参加してみてください!

だからこそ、偏見なしにまずは参加してほしいと思うのです。

トラブルを抱えていない夫婦なんてないのですから(笑)。



石坂亮久(たかひさ)さん

2016年6月開催の父親学級参加者

妻と2才長男、9月に生まれたばかりの次男の4人暮らし。甘党で、夫婦でスイーツを食べる時間が幸せ。バイクが趣味で早朝走りに行くのがリフレッシュ時間。森や多摩川で鳥を撮影することにはまっています。(もちろん息子の撮影も!)「なかだの森」は、自然にふれあいながらほかの子とも接点があるので遊びにきています。初めは身動きしなかった息子も、最近は興味の赴くまま遊んでいる姿が嬉しいです。



「父親学級」で、夫婦がつながる。「父親学級」で、ほかの家族とつながる。

つながることで、安心した気持ちで子育て。

そんな「父親学級」を、ひとりでも多くの方に届けたい! ご寄付いただくことで、参加費を抑えて運営することができます。



わたしたちも父親学級を応援しています!

かなざわ助産院

日野市多摩平4-1-1-201

(JR中央線 豊田駅徒歩8分)

妊娠中から産後まで。かなざわ助産院は地域でつながる親子サロン。

母乳外来や院外出産の方も参加できるわらべうたやヨガのイベントあります。



まなべ整膚療院

日野市旭が丘1-13-6

女性スタッフ、駐車場あり、出張&子連れOK!

皮膚を引っ張ることで血流up! 押さないで体への負担が少なく妊娠中(安定期)から施術できます。産後の骨盤セルフケアのご相談もお受けしています。



産前産後ケア Mahl

ママが笑顔になるよう寄り添います。家族がまーるくなるお手伝いをします!

ママ向けイベント 随時開催!

ママラボ 日野市

検索



この活動にご賛同いただける方は、1,000円/1口からお願いしています。

詳しくは、当団体ホームページをご覧ください。

子どもへのまなざし 寄付

検索

お問い合わせ

NPO法人子どもへのまなざし事務局

88hino@gmail.com

050-3721-1973(月~木・13時~17時)

〒191-0024 東京都日野市万願寺1-25-8

http://manazashi2009.sakura.ne.jp