

男女共同参画センター

生涯学習センター

DV総合対策センター

相談する

図書を借りる

視聴覚機材や
PCを借りる

ホールや研修室を
借りる

[トップページ](#) > [生涯学習センター](#) > [講座レポート](#) > [令和2年度](#) > [県民講師チャレンジ講座](#) > 県民講師チャレンジ講座「赤ちゃんとの暮らしをイメージしよう」を開催しました

令和2年度 県民講師チャレンジ講座

【赤ちゃんとの暮らしをイメージしよう】

※県民講師チャレンジ講座・・・県民の方が講師となって講座を開催するチャレンジ講座です。

- 講座名 「赤ちゃんとの暮らしをイメージしよう」
- 講師名 貞松 奈緒（さだまつ なお）
- 日 時 令和3年2月27日（土） 10：00～11：30



講師の貞松さんは、助産師として、母子訪問や、妊婦対象の相談会を行われています。今回は「コロナ禍で、なかなか外に出られず、不安を抱えながら妊娠期を過ごされている妊婦さんやご家族に向けて、沐浴や抱っこの仕方など、赤ちゃんとの産後の暮らしについてお伝えしたい。前向きなイメージを持つことで、安心して妊娠期を過ごしてほしい」と講座を開催されました。



この日は対象が妊婦ということもあり、より安心して参加いただけるようにと、アバンセ会場とオンライン（ZOOM）のハイブリットで開催しました。

まず貞松さんが話されたのは、赤ちゃんの肌について。年齢による皮脂量の変化をグラフで示しながら、赤ちゃんの肌は皮脂も水分も少なく、薄くてデリケートと説明。肌トラブルを防ぐためにも保湿をしてあげるとよいそうです。また、新陳代謝が活発で、ミルクこぼしなど汚れも付きやすいため、洗って清潔にしてあげることが大切になってきます。沐浴はどこで行うか、何が必要か、ベビーバスにはどんな種類があるか、一つ一つ紹介をされました。

その後はいよいよ赤ちゃん人形を使って、沐浴のデモンストレーション。貞松さんは、ポイントをしっかりと説明しながらも「ずっと頭を支えておくのが体力的に難しい方は、ここで先に顔を洗ってもいいですよ」など、決めつけすぎず、ママ達が安心できるよう、ゆとりを持った話し方を心掛けていらしたようです。「可能な方は、家族の手助けがある時間に入れてあげてもよいですね」と、ママが1人で大変さを抱え込まないような気づかいも。



さらに、抱っここの仕方、抱っこ紐の選び方、授乳についてのお話、また、抱っこによる腱鞘炎についても説明をしていただきました。

最近はコロナの影響で、産後うつになる方が今まで以上に増えているとか。「産後はホルモンバランスも変わるし、生活も激変、慣れないことも増えて不安もあると思います。相談できる人がいれば相談し、休めるときは休んでください」と声をかけながら、相談窓口の情報を紹介されました。

Zoomで参加されている方、会場にいる方、どちらも置いていかないようにと、参加された方の声を聞きながら進められた貞松さん。講座が終わった後も「抱っこ紐は生後どれくらいから必要ですか?」「骨盤ベルトは使いましたか?」「仕事への復帰はいつから?」など、様々な質問が寄せられていました。「私のときはこうでした」「こんな方法もあります」と例を挙げながら、ここでも「絶対こう!ということはないので、自分のやりやすい方法を選んでくださいね」と優しくアドバイスをされました。

【参加者の感想より】

- 個別の質問も受け付けてくださって、とても丁寧でわかりやすかったです。
なにより話の内容が具体的かつ実用的でした。
- 抱っこ紐の話が印象に残りました。
ちゃんと試着してから購入した方が良いのだと改めて思いました。
- 講師さんの優しい語り口のおかげで、参加者が安心して質問できる雰囲気良かったです。
- リアルに学習でき、イメージがしやすかったです。
持ち物など、今の準備で不足しているところが確認できました。

今後の貞松さんの活躍を応援しています。

[アバンセとは](#) | [リンク集](#) | [公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)



佐賀県立男女共同参画センター
佐賀県立生涯学習センター

TEL : 0952-26-0011
FAX : 0952-25-5591

〒840-0815
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

交通アクセス

お問い合わせ

開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分
日曜・祝日：8時30分～17時00分
(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)
12月29日から翌年1月3日まで

館内フロアマップ



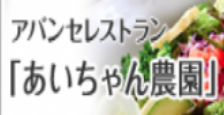
施設利用の手続き



利用料金表



施設利用Q&A



お問い合わせは
080-4312-4831