



11月号の主な記事

本人通知制度は安心への第一歩……………4面
【ジシン本防災講座】在宅避難のすすめ……5面
「人生会議」をはじめよう……………8面
ニュースポーツデーを開催します……………4面
ご存じですか？地域の身近な相談相手……7面
SHOP OF THE YEAR 2026受賞店舗決定…12面
副首都・大阪にふさわしい大都市制度協議会ダイジェスト ▶▶▶詳細は9面へ



「親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた！」
次回(1月開催分)の申込みについては5面へ

子育て仲間や 応援してくれる人を 見つけよう！



初めてのママのための講座

「親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた！」は初めて赤ちゃんを育てるお母さんのための連続講座。9月開催分の最終回には、5組の親子が参加しました。まずは、ほかの参加者の赤ちゃんを抱っこしてみる体験からスタート。泣き出す子がいっても、みんなが温かく見守ります。

この講座では、お母さん同士が交流しながら、育児の知識や赤ちゃんとの接し方などを学びます。互いの悩みや不安を分かち合うことで、孤独感やストレスを解消し、親子の絆を深めるための土台づくりに取り組めます。

ありそうで意外な経験 よその子抱っこ



「心のバランス」を考えるワークも

最終回のテーマは「親になること」。自分のしたいこと、しなければならぬこと、赤ちゃんが来たことで感じる喜びや楽しみを書き出し、共有します。「心のバランスが不安定になっても、人間には適応力があり自然と子育てができるようになります。自分を大切にすることも忘れないで」というファシリテーター 瀬川理央さんの言葉で、お母さんたちがほっとした表情を見せました。



年齢も性格も違う2人が いまや大親友!!



ここでの出会いが一生ものに

講座修了後、連絡先を交換する参加者も。3年前に参加した天野尚子さんと川上梨紗さんも、当時の参加者12人で連絡を取り合い、今も交流を続けています。「初めての子育てで何も分からない中、月齢の近い子どもを持つママと話すことで本当に救われました。ここで出会ったママたちは戦友であり、一生の友だちです」と天野さん。川上さんは「赤ちゃんとも2人でおでかけする練習にもなるので、是非参加してみたい」と話します。

子育て仲間を見つけよう

核家族化や少子化が進み、赤ちゃんと接する機会がほとんどないまま子育てが始まる家庭が増えています。とりわけ、初めての子育てでは不安を抱え孤独になりがちです。しかし、地域には子育てを応援してくれる人や同じように子育てに奮闘している人がたくさんいます。勇気を出して1歩踏み出し、一緒に子育てを楽しむ仲間を見つけに行きませんか。



2～3面も
子育て特集