



# ママのあたたかい手ってきもちいいな♪

## 母と子のタッチケアのお知らせ

“タッチケア”のタッチとは「さわる」ことではなく「ふれ愛」の意味です。  
見つめ合ったり、話しかけたり、だっこしたりというスキンシップこそが「ふれ愛」です。このような親子の「ふれ愛」によりお互いの愛情の絆や信頼関係が築かれます。赤ちゃんと言語合いながら優しくマッサージをして肌と肌を通した「ふれ愛」を楽しんでみませんか？



### 対象

★ 1歳頃までの赤ちゃん和妈妈です。

どなたでもご参加いただけます！  
※保育の都合上10組にさせていただきます。  
(当面は、コロナ感染拡大予防のため5組とします。)

### 内容

- ★ タッチケア
- ★ ママのハンドマッサージ
- ★ 保育士による手遊びうた
- ★ ママたちのティータイムと専門職によるミニレクチャー

### 場所

★ コムコム別館2階（中消防署旭東出張所南隣）

住所：岡山市中区赤坂本町11-40 ※駐車場有り

### 参加費

★ 500円/回（組合員は300円/回）

※初回のみ別途「日本タッチケア協会」パンフレット代100円が必要です。

### 今後の予定

毎月第4水曜日 13時30分～15時（受付は13時から）

7月22日	8月26日	9月23日	10月28日	11月25日	12月23日	1月27日	2月24日	3月24日
保育相談	スキンケア	歯のはなし	諸制度	冬の感染	授乳と薬	個別指導	産後ストレッチ	歯のはなし
協立保育園／保育士	岡山協立病院／皮膚科看護師	岡山協立病院歯科／衛生士	MSW／看護師ほか	岡山協立病院／感染対策看護師	岡山協立病院／薬剤師	協立保育園／保育士	健診センター／トレーナー	岡山協立病院歯科／衛生士

## 当日スケジュール

- 13：00～ 受付開始 ママのハンドマッサージ
- 13：30～ 自己紹介 保育士による手遊びうた
- 14：00～ タッチケア
- 14：30～ 専門家によるミニレクチャーとティータイム
- 15：00 終了予定  
※当面、ティータイムはありません

### 持ち物

タオル  
バスタオル  
オムツなど

申し込み先：岡山医療生協  
健康まちづくりセンター

086-271-7880

# ★ 母と子のタッチケア2020年度年間計画

毎月第4水曜日 13時30分から15時まで（受付は13時から）

日付	内容	講師
4月22日	医療生協とタッチケア 保育相談	中止 協立保育園／保育士
5月27日	離乳食のつくり方 食中毒に気をつけること	HP動画配信 岡山協立病院／栄養士
6月17日	骨盤ケア	中止 リハビリ部／理学療法士
7月22日	保育相談	協立保育園／保育士
8月26日	スキンケア	中止 岡山協立病院／皮膚科
9月23日	乳幼児期の歯の話	中止 岡山協立病院歯科／歯科衛生士
10月28日	子どもに関する諸制度 子どもたちをめぐる情勢	中止 子育てサポート担当理事／MSW 「医療・介護なんでも相談窓口」看護師
11月25日	冬に注意する感染	<p style="text-align: center;"><b>検討中！</b></p> <p>自宅でできるタッチケアも含め、育児相談などリモート開催も考えています。決まり次第、HPや機関紙「健康と生活」で配信します。</p>
12月23日	授乳と薬	
1月27日	個別指導	
2月24日	産後ストレッチ	
3月24日	乳幼児期の歯の話	



母と子のタッチケアでは、赤ちゃんとのスキンシップだけではなく、お母さん向けにミニレクチャーを計画してきました。現在、コロナ禍で「年間計画」がほとんどできず申し訳ございません。この間、コロナ感染拡大への対応として、さまざまな制約や自粛が徹底されています。そのために、こころのケアが必要となっているケースもニュースなどで取り上げられています。心配事などありましたら、お気軽にご相談ください。