

～活動の中には、親と子の学びがいっぱい。  
仲間と育むあたたかな眼差しが親子の成長を見守ります～

## 「なかまほいく」の内容(全10回の場合)

- 1回目～3回目「親子いっしょ」  
全親子12組と一緒に活動します。  
まずは仲間と場所に慣れるところから。  
交流ゲームや家庭ではできない遊びを中心に  
行います。
- 4回目～9回目「預け合い」  
半分のお母さんが全員の子どもたちを預かり、  
もう半分のお母さんたちは親だけで活動。  
フリータイムのお母さんたちはカフェトーク、  
手芸などママたちの企画で楽しめます。
- 10回目「お楽しみ会」



みんなで一緒にあそぼう!



預かり組



お母さん組

毎週同じメンバーなので様々な相談や情報交換ができた。

子どもの違う一面を見ることができ、子ども自身も楽しんでいて、人数もよく安心して子どもを預けられた。

預け合いでは初め子どもが泣いていましたが、参加していくうちに泣かずに遊べるようになり、子どもの成長がみられた。

クッキングは美味しかったし、勉強になったし、実践的で役立ちました。

参加者の方の  
感想です♪

リフレッシュタイムは普段子どもと2人の時間が多いため、子ども抜き他のママたちとの時間はとても貴重だった。親子共にいろいろな方に接することができた。

自分を名前と呼んでくれる知り合いが増えた。子どもが自立しているところを見ることができてよかった。



実施：NPO 法人アビリティクラブたすけあい練馬たすけあいワーカーズふろしき  
〒176-0001 東京都練馬区練馬 4-17-2 グリンデル豊島園 102  
TEL 03-5999-1030 メールアドレス actfuro@oak.ocn.ne.jp  
ホームページ http://www.act-furoshiki.com/