

< 「自分の親は将来の自分」期：「自分が親になるなんて」編 - 2 >

対象(時間):まもなく親になる人(100分程度)

## 妊娠期のカラダとココロ ~パートナーの理解と協力~

【ねらい】妊娠期の女性の体と心の変化を理解し、男女の相互理解と支え合いの大切さを考える。

【準備物】学習者：筆記用具

主催者：名札、ワークシート、アンケート用紙

時間	アクティビティの展開	留意点	備考
:	名札付け(来た順に)	全員が名札をつける。(ニックネーム可) 男女混合が良いのか、男女別が良いのかは、あらかじめ決めておく。 妊婦さん対象の場合は、過激な運動は避け、気分が悪くなったときに休める場所を用意しておく。	スケジュールを板書しておく。 ・机は講義形式
: (5分)	ファシリテーター(学習支援者) 自己紹介,主旨・ルール等説明	和やかな雰囲気づくりに配慮する。 写真を撮る場合は、予め了解を取る。(肖像権)	
: (10分)	<b>アイスブレイク(雰囲気づくり)</b> 「拍手でグループ」 リーダーが拍手を打った数の人数でグループになる,簡単なゲーム。 (「もしもし亀よ」など簡単な歌を歌い,参加者は歩き回りながら,途中で適当な回数を打ってもよい。) グループが出来なかった人は,自己紹介して次のリーダーになる。 グループ分け	初対面の人同士の場合,自由に意見を出し合うためのウォーミングアップとする。  必要に応じて,男女別グループに分ける。	・机を撤去  ・グループ数に応じて,机を配置
: (40分)	<エピソードを読んで,考えましょう> P2・3 段落ごとに区切って読む。 設問に記入 グループ内で意見交流 これを繰り返す	参加者に音読してもらう。  三つの約束(発言の平等,人の発言を肯定,秘密の保守),ただし,言いたくないことは発表しなくてもよい。(パス有り)	
: (30分)	<考えましょう,出し合いましょう> 設問(P4上中)に記入 フリートーク	ファシリテーター(学習支援者)(女性でも男性でも)は,自分の体験談を交えてもよい。 会場の雰囲気により,参加者へのインタビューを交えてもよい。	
: (20分)	<学習を振り返りましょう>P4 ワークシートへの記入 グループごとに発表 ファシリテーターの話		
: (5分)	終了・片付け アンケート記入	参加者全員で行う。 アンケート記入者から流れ解散	・現状復帰

メモ