

対象	妊婦さん等
方法	参加型ワークショップ
時間	45分程度（臨機応変に）
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・「親になる」楽しみや不安を共有し、新たな命との出会いに希望がもてるようになる。 ・出産や子育てに希望をもち、「笑顔」でいる大切さが感じられるようになる。
進行のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・笑顔で、ゆったり、参加者同士の会話を大切にしましょう。 ・「書きたくない、言いたくない時は無理をしないでくださいね」とっておきましょう。 ・評価や否定をすることなく、参加者と同じ目線で寄り添いながら進めましょう。
事前準備	①「親のみちしるべ」 ②ペン・マジック ③付箋紙 ④模造紙 ⑤名札 ⑥アンケート

ワークショップの基本的な流れ

時間	段階	内容・参加者	形態	M→メインファシリテーター G→グループサポーター	留意点	備考
	受付	<ul style="list-style-type: none"> ◇受付・グループの確認 ◇名札の作成（ニックネーム等） 	一 斉			
10分	導入	<p>①親のみちしるべのプログラムについての説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇親のみちしるべのみんなのルールについて理解する。 ◇グループ内で自己紹介 <p>②アイスブレイク</p>	グ ル ー プ	<ul style="list-style-type: none"> M◇笑顔であいさつ MG◇ファシリテーター等自己紹介 M◇プログラムの趣旨説明 G◇ルールの確認 MG◇アイスブレイク 	<ul style="list-style-type: none"> ・明るい雰囲気を作り、笑顔で対応する。 ・言葉が多くなり過ぎないようにする。 ・参加者の年齢等に応じて、簡単なアイスブレイクを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークショップ等、資料の確認
25分	展開	<p>③グループワーク1</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆親になる喜びや、出産に向けて楽しみにしていることを考える。 <p>④グループワーク2</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆出産に向けての不安や心配事を互いに共有する。 <ul style="list-style-type: none"> ・質問項目に対し、自分の考えや悩み等を付箋紙に記入したり、話したりする。 ・グループ毎に出された意見を、全体で共有する。 	グ ル ー プ	<ul style="list-style-type: none"> M◇ワーク1【ポイント】 ◆参加者が、新たな命の誕生について、希望がもてるように・・・ M◇ワーク2 ◆参加者が、互いに同じような不安を抱えていることに気づいてもらうように・・・ G◇グループワークの見守り。必要に応じて声がけ。 M◇グループ毎に発表してもらう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・文章形式にこだわらず、箇条書きで良いことを伝える。 ・互いに多くの意見交換ができるように促す。 ・出された意見に共感しながら進める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート ・付箋紙 ・ペンマジック ※模造紙
8分	まとめ	<p>⑤振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ファシリテーターのまとめの話を聞く。 ・アンケートの記入。 	一 斉 グ ル ー プ	<ul style="list-style-type: none"> M◇プログラムのねらいを振り返って簡単にまとめの話をする。 ・ワークシート資料について説明する。時間がなければ、後ほど読むように呼びかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者の考えや意見に共感しながら、簡単にまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート回収