

先日、雑誌の中で目が止まった記事があります。

タイトルが「ママの不満、パパの言い分 お互いを認め合える夫婦のイイ関係を築くには？」

10 数年前の自分の育児を思い出しました。子どもが生まれると、夫と向き合うだけで良かった生活が一変。子どもが加わり、3 人となり三角関係に…(笑)

記事でのパパの言い分は、「どういう風にやって欲しいのかを教えてくださいたらやれるのに…」

「ママが求めるレベルじゃないかもしれないけど、それなりに頑張っているつもりなんだけど…」

そして、記事のパパ同志の結論は「ママへ『ありがとう』を言う」、「子育ては大変。思っていることや感じていることは声に出していくと、夫婦お互いが思いやれるのかも…」と。

やはり、人は話さないと人に通じないですね…。そして、相手に伝える時のコツは「私」を主語にするといいそうです。例えば「あなたは、手伝ってくれない」ではなく、私を主語にして「私は〇〇を手伝ってくれたら嬉しい」というように。

爽りの秋、美味しいものを食べて、身体を動かし、いろいろな人と会話を楽しむのもいいですね。

### 10月オープン・スペース以外のプログラム

・ホッと・スペース 10月17日(水) 10:00~12:00

10月26日(金) 13:00~15:00

わが子の成長・発達が気になる方が気兼ねなく、ゆっくりおしゃべりできる時間です

#### 【0歳・妊婦さん対象】

・ハッピーマタニティ 10月10日(水) 13:00~15:00 (妊婦さんから3か月のお子さん)

妊婦さんは先輩ママの体験談も聞けます

・発育測定 10月11日(木) 13:00~15:00

0歳のお子さんの身長・体重が測定できます

・離乳食講座

(離乳食後期から完了食へ) 10月24日(水) 13:00~15:00

一緒にお話ししてみませんか? 栄養士も参加します。

#### 【どなたでも】

・かふえ☺

10月10日(水) 10:00~12:00

みんなでおしゃべりしませんか? お茶(50円)のご用意もあります。