



市内在住のSayaさん

もりドラ

守口で生きる。をドラマチックに…

守口生まれ、守口育ち。だけど守口のことでまだまだ知らないこともたくさん。私も守口のことをもっと知って、より多くの人に守口市をPRできればと市民モデルに応募。

将来ママになるための事前勉強!?
両親教室の取材に同行してもらいました。

メイク中



メイク前



市民モデル申し込み方法

申し込みなどの詳しい内容は、市ホームページ(QRコード)をご覧ください。
問 広報広聴課 TEL 06-6992-1353



協力美容院も募集

市民モデル事業の趣旨に賛同し、市民のメイク・ヘアメイクを無償で提供していただける美容院を募集しています。

市民の皆さんが日常から非日常へと変貌していただくきっかけのお手伝いをしていただけませんか。

技術提供：Charming
ファミリー店
橋波西之町
お店の詳細はコチラ



メイク担当 坂本菜摘さん(右)
ヘアメイク担当 森長理恵さん(左)

Sayaさんの感想

今回、撮影で両親教室に参加し、赤ちゃんに必要な食事や栄養のお話を聞いたり、人形の赤ちゃんを実際にお風呂に入れる体験もしました。色々な体験を通して、妊婦さんの大変さや、産まれてからの生活の大変さを知りました。

でもこれから産まれてくる赤ちゃんを楽しみにお話しされているご夫婦には、ホッコリしました。自分自身もモデルとしてスタイリストさんにキレイにしてもらってとても感激でした!



市民モデルになりませんか

モデルにはスタイリストによるメイク・ヘアメイクを受けていただきます。

いつもと違うアナタに変身して、私たちと一緒に守口の魅力を発見しませんか。

市民モデルには自身のSNSアカウントを使って、取材の様子を発信していただきます。

赤ちゃんが産まれてくる前に…

両親教室(プレパパ・プレママ)



私もお腹の中にいたんだなあ…



食事のバランスが大事!!

- ▽鉄分は、血液の原料になる栄養素で、妊娠中は普段の2倍以上が必要。ビタミンCと一緒にとると吸収がよくなります。
- ▽葉酸は血液を作ったり、DNAなどの遺伝物質のもとになります。
- ▽塩分を控え、カルシウムの摂取を心掛けましょう。
- ▽体重増加に気をつけましょう。



食事って大事だな～



お風呂に入れてみよう

ひとりでお風呂に入れるのは大変!
パパとママの協力で赤ちゃんも安心

人形の赤ちゃんで体験!



- ①洗面器のお湯を使いガーゼで顔を拭く
- ②裸にして赤ちゃんのからだをタオルで包んで足の方からそっとお湯に入れる
- ③頭は石けんを泡立てやさしく洗いうすぐ
- ④手に石けんをつけて泡立て、首から脇の下、ひじ、手、胸、お腹、股、足の順に洗う

パパがんばって

めっちゃ重労働や!



- ⑤手を回して背中とお尻を洗う。片手を赤ちゃんの脇の下に入れ、向きをかえて背中、お尻を洗う
- ⑥上がり湯を、足から全体にかけ流す
- ⑦バスタオルで全体をおさえるようにして、水分を拭き取る
- ⑧おむつをして、衣服を着せる(おへそが乾いていない場合は、最後に消毒をする)
- ⑨髪の毛をよく拭いて、とかす。耳と鼻の穴の水分を綿棒で拭き取ってあげる

