

2020年 2月2日 (日)

妊娠中からの健康子育てクラス  
2019年度第3回

# ふうふう(夫婦)クラス 10:00~13:00

【内容】 担当：助産師，栄養士 ※持ち物：エプロン・バングナ ※参加費：1,000円 + 材料費 600円(2人分)

## ★なかよしパパママ (共感し合う子育て) 座談会

いつも一緒にいる夫婦だけど♥親としてのお互いの価値観を確認し、  
子どもを産み育てる心のつながりをより強く確かなものに\*

## ★食育クッキング

栄養・食生活は健康の源！妊婦さんにおいてもとても大事なこと。

胎児期から始める 家族みんなの食育。パパの手作りランチで楽しく交流。おなかの赤ちゃんもにっこにこ♪



妊娠・出産・産後・  
子育て…  
助産師への何でも相談！  
赤ちゃんの心音を聞いたり、  
妊婦体験もできますよ。



第2弾

# いるかサロン 10:30~11:30

台風19号・豪雨被災後の地域において、全ての妊婦さんや子育てママ、赤ちゃんも子どもも安心して元気に過ごせるために、  
子育てを助け合うイルカのような温かいつながりをもてる場として、

\* 日常の妊娠・出産・子育ての相談 \* 災害時に役立つ話 \* 全国から寄せられた善意の品々をお届けする  
「カフェサロン」を行います。被災に関わらずごなたでも、気軽におしゃべりをしにおいでください♥

授乳服, 子どもの衣料品,  
おもちゃ・絵本 …etc

支援品受取りは、以下の日時も可能です☆

1月27日~2月14日  
(月)・(水)・(金) 9:30~16:00

※来れない場合は、お問合せください。

会場・お申し込み・お問い合わせ  
: NPOこみゅーん/こみゅーん助産院

☎ 0246-23-3303

いわき市平谷川瀬2丁目11-12

✉ cw-jyosanshi@dream.ocn.ne.jp

HP <http://cw-jyosanshi.com>

申込は1/31(金)迄

☀ 特定非営利活動法人 🎵

こみゅーん ういず

Commune with 助産師

