

妊産婦支援ワークショップ

第1回

子育てサポーターを
さがそう！



赤ちゃんを産んだ後、少しはゆっくり休養できそうですか？

産んだ後も、お母さんは子育てのすべてをかかえがち。でも、子育てにはたくさん
のサポーターがいます。

まずは、そばにいる家族と向き合い、赤ちゃんのいる暮らしをイメージしてみま
せんか？ 産後に向けて心の準備ができ、気持ちもちょっとラクになるワークシ
ョップです。妊娠中の方、ご家族の方、ぜひお気軽にご参加ください。保育園ド
ウーラ※も待っています！

※保育園ドゥーラ

「ドゥーラ」とは、妊娠・出産、子育てをする女性を支える存在です。当園では、
産後ドゥーラ資格をもった保育士が、妊娠中から産後の家事、育児をサポートしま
す。今回のワークショップでは、当園のドゥーラ活動についてもご紹介します。

日 時:7月4日(土)AM 10:30~11:30

対 象:妊娠15週以降のご夫婦(10組)

※お母さん、お父さんのどちらかおひとりでも大歓迎です。

場 所:むくどり風の丘保育園

参加費:無料

講 師:黒川 恵(むくどり風の丘保育園保育士、産後ドゥーラ)

お申し込み・お問い合わせ:

むくどり風の丘保育園 <http://www.kazenooka.ed.jp>

相模原市緑区下九沢 1558-14(上中ノ原団地内)

TEL: 042-760-1122(担当:黒川、安達)