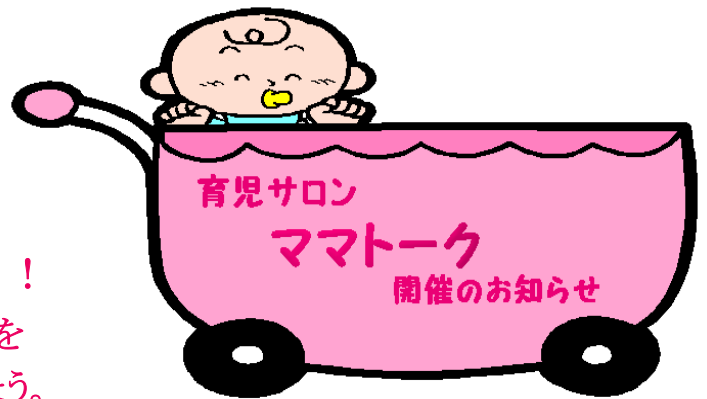


子育て真っ最中のお母さん、
育児サロン「ママトーク」に集合！！
お母さん同士、育児の悩みやストレスを
フリートークで解消しましょう。



「ママトーク」って
どんなことをする
ところ？

助産師会主催の育児サロン「ママトーク」は、リトミックや手遊びで赤ちゃん
と遊んだり、ベビーマッサージなどを行いながら、お母さんが赤ちゃんをより
可愛いく思い、「育児は大変だけど楽しい！！」と感じてもらうことを目指して
活動しているサロンです。また、助産師・栄養士による育児相談、母乳相談、
ママの心とからだの相談なども行っています。
引っ越して来たばかりのお母さん、お産後外出するきっかけが見つからないお
母さん、赤ちゃんとのかわり方がわからないお母さん、一人で悩まないで出
てきてみませんか？お友達も増やしましょう。



平成20年度の「ママトークの」ご案内 (離乳食教室は裏面参照)

日時： 水曜日・金曜日の開催日が多くなります (日程表でご確認ください)

* 8月はお休みです

9:30~12:00 (受付 9:30~10:00)

会場： グリーンタウンコミュニティセンター和室 (下野市緑3丁目5-4)

参加費： 1000円 (会場費、保険料、ベビーとママのマッサージ用オイル代など実費負担)

対象： 生後1歳までの赤ちゃんとお母さんや家族、その他希望者 (妊娠中のプレマ
マも大歓迎です)。

内容： リトミック、ベビーマッサージ (集団指導)、育児相談、ベビーリラクゼー
ション、
産後のヨガ、お産の振り返り、フリートークなどを考えています。

持って来て欲しいもの： バスタオル、タオル、オムツ (汚れたオムツは各自持ち帰ります)

赤ちゃんの着替え、授乳に必要なもの

* 座布団をすっぽり包む45リットルサイズのビニール袋 (座布団の汚染防止用)
1枚

ベビーマッサージの時に使います。