

医療法人 五葉萌芽会 産前産後ケアハウス こもれびの恵  
 代表 助産師 千坂芳恵  
 TEL 022-281-8511 FAX 022-281-8513  
 E-mail komorebaby@pay-gs.com

## 6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
26 休	27 休	28	29	30	1 産前ほっと一息サロン (+食事) [※]	2
3 休	4 休	5	6 離乳食 (5~6ヶ月) クラス (+食事)	7	8 ベビーマッサージクラス (+食事/オプション)	9 遊び込みクラス (+食事/オプション)
10 休	11 休	12	13 離乳食 (7~8ヶ月) クラス (+食事)	14	15 赤ちゃんのお迎え 準備クラス (+軽食)	16
17 休	18 休	19	20 離乳食 (9~11ヶ月) クラス (+食事)	21	22 産後ほっと一息サロン (+食事)	23 手作りクラス (+食事/オプション)
24 休	25 休	26	27 離乳食 (12~18ヶ月) クラス (+食事)	28	29	30

※水曜離乳食クラスは「食事」と「歯科医からのお話」がセットになっています。

※ほっと一息サロン、ベビーマッサージは「食事」と「管理栄養士からのお話 (レシピ、栄養 etc.)」がセットになっています。

※赤ちゃんお迎え準備クラスは「軽食」と「管理栄養士からのお話 (レシピ、栄養 etc.)」がセットになっています。

※遊び込みクラス、手作りクラスは「食事」と「管理栄養士からのお話」をオプション追加できます。(費用別途: 大人1人1,000円)

**赤ちゃんお迎え準備クラス** 第3金曜日 午後1時~午後2時30分  
産前から赤ちゃんのお世話を練習する機会を作りました。

授乳やおっぱいのお手入れ、お風呂 (沐浴) の入れ方やオムツ交換・着替えのさせ方など。あらかじめ知って (練習して) おくと、いざ赤ちゃんが来た時にラクですよ~😊

参加費: 1,500円

**産前ほっと一息サロン** 第1金曜日 午前11時~午後1時

**産後ほっと一息サロン** 第4金曜日 午前11時~午後1時

忙しい日々の中で、ちょっと一息ついてみませんか? リラックスできる時間を過ごし、おしゃべりを楽しみましょう。ちょっと詳しいご相談にも、専門スタッフがご答えします。(活動内容は随時お知らせします。)

参加費: 2,000円

**手作りクラス** 第4土曜日 午前10時30分~12時

工作の先生の指導で、赤ちゃんが喜ぶものを作ります。手作業に集中するとリフレッシュ効果がありますよ。

赤ちゃんもニコニコで一石二鳥♪

参加費: (指導+託児) 1,500円+工作材料費



参加ご希望の方は

電話 (022-281-8511) または  
E-mail (komorebaby@pay-gs.com) で

各開催日の1週間前までに (準備の都合上)  
こもれびの恵 (さと) まで お申し込みください。



お待ちしています♡

**ベビーマッサージクラス** 第2金曜日 午前11時~午後1時

ベビーマッサージは、パパさんの参加も大歓迎です。

意外と(?) ママより上手なんです!

参加費: 2,000円

**離乳食クラス** 毎週水曜日 午前11時~午後1時

いよいよ離乳食の始まりです。『食べてくれるかな?』ママはドキドキ!

ここでは、月齢を2ヶ月毎に分けて手取り足取り丁寧に導いていきますので安心して下さいね♡

"実はあまり知られていない事実!"

離乳食の大切さについて、歯医者さん視点からのお話を聞くことで、ママの意識が変わります!

参加費: 2,000円

**遊び込みクラス** 第2土曜日 午前10時30分~12時

遊び込みとは、親と子が一緒に遊ぶことを通じて、親と子の心のつながりを強くするための技法です。

(※ NPO"遊びとつけ推進会 志田紀子氏の定義より)

実は「遊び」は生まれた時から始まっているんです。

「どうやって遊ぶの?」月齢に応じた遊ばせ方 (こどもとの接し方) で、育児がとっても楽になるんです!

産前産後一緒のクラスになっています。妊娠中のお母さんも、赤ちゃんが遊ぶ姿を間近で見られますよ♡

参加費: 1,000円

※ 参加費には別途、消費税がかかります。



HP できました→

