

ママのおへそスクール

ママも子も
ホッとできる
居場所づくり

ママのための頑張らない学校



活動目的

正しいより楽しい子育て
子育てに関して、専門的な知識を持った先輩ママ達
を中心として一緒に学び、肩の力を抜いて笑顔で子育
てが出来る環境作りを構築していく。
ママも一人の人として存在でき、ホッとしながら安
心してママ同士が繋がれる場所を目指します。



活動内容

- 学校なので授業形式で学ぶ
- 保健：抱っこの仕方、赤ちゃんの発達の話
 - 体育：産後の身体を整えるセルフ整体トレーニング
 - 算数：子育てにかかわるお金の話
 - 家庭科：食育、心と体が喜ぶ離乳食づくり など

学びの際はお子様をお預かりしますので集中して学んでいただ
けます。



今後の展望

常に楽しく 新しい学びの場
毎回、授業内容を変えて、常に新しい学びの場と食育の時
間を提供していきます。また、リアルタイムに必要な学びの
機会を提供することで、不安を取り除き、帰宅後からすぐに
実践してもらえるような授業を取り入れていきます。

みなさんへひとこと

ママのおへそスクールは、子育てに関する悩みや日ごろの悩みが解決するだ
けでなく、子育てに奮闘するお母さんたち同士のつながりが深くなり、ココロ
軽やかに笑顔で子育てができるきっかけの場所です！ぜひ、お気軽に参加して
みてください♪