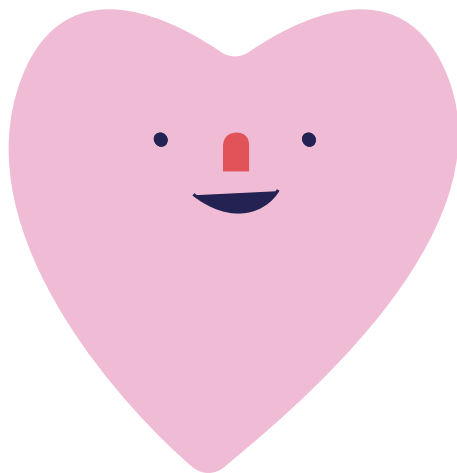


# いいお産の日イベント



2022年11月3日（木:祝日）  
今年もコロナ禍、制限はありますが  
対面での講座、オンライン講座  
いいお産の日限定配信動画などを  
用意しました

## 【映像配信プログラム】予約不要

- ★リアルお産劇(11月3日限定配信)
- ★助産院で自然分娩するって？インタビューしてみました
- ★オンライン助産師相談  
どんな相談ができる？助産師にインタビュー
- ★イギリスの現役助産師、淳子さんの話を聴こう！
- ★大切ないのちを守るために  
助産師が参加した地域の防災訓練





# 当日開催 プログラム

インスタライブ以外は予約必要です  
申込はそれぞれのプログラムの  
QRコードからお願いします

## 【オンラインママサロン】

①卒乳サロン IN ZOOM  
時間13:00~13:30

そろそろおっぱいを卒業したいと  
思っているママたちで、おしゃべ  
りしませんか？



②zoomでママサロン

生後4カ月までの赤ちゃんの  
ママのための

おしゃべり場です。

時間14:30~15:00



## 【インスタライブ】

「事件は現場で起こっている！ママ  
のお悩みに助産師がお答えします」

14:00~14:30

助産院 ともこさんち

青木智子 岩崎洋子

予約は不要です。当日、右の  
QRコードからアクセスしてください



## 【対面講座】

会場：のま小児科（八王子みなみ野）

時間：10：30～12：30

プログラム1：妊婦さんとご家族向け

① 妊婦さんの気持ちを理解しよう！  
妊婦体験ジャケット装着して日常生活体験

②赤ちゃんとのお生活体験

抱っこ、お着替え、寝かしつけ、  
授乳の仕方の練習

プログラム2：赤ちゃんとご家族向け

①身長体重測定と育児相談

②手型足型カレンダー作り



## 【対面講座】

ここちよいだっこの講座

会場：中野区産業振興センター保育室

時間：10：30～12：00

対象：妊娠中の方

産後の方（生後5か月以内）

内容：基本のだっこ

だっこひもの選び方

へこおび抱っこ



## 【会場：オンライン】

～楽健法～

安産を導く夫婦で行う2人ヨガ

時間：14:00

会場：松ヶ丘助産院

定員：会場 4組

ZOOM利用

10組

