

〈2020年度〉  
助産師による  
プレママ&ママ  
応援サロン

# 子育てサロン



北上市産前産後  
サポート事業

# まんまるお月さま

産前産後・子育てや暮らしに役立つミニ講座と、  
ほっこりおしゃべりと相談タイム。まんまるママいわての  
助産師やスタッフがまんまる笑顔でお待ちしております。  
どうぞお気軽にお越しください。



- 対象** 妊婦さん、おおむね1歳までの赤ちゃん和妈妈、ご家族
- 参加費** 200円（北上市外の方は500円）
- 時間** 10:00～12:00
- 場所** 北上市黒沢尻北地区交流センター  
（北上市常盤台一丁目30-20）

予約  
不要

5月14日 木

だっこ・おんぶ  
講師：助産師

11月12日 木

遊び  
講師：助産師

6月11日 木

アロマセラピー  
講師：助産師

12月10日 木

お産&母乳  
講師：助産師

7月9日 木

わらべうた  
外部講師：澤口 杜志さん

1月14日 木

だっこ・おんぶ  
講師：助産師

8月6日 木

お産&母乳  
講師：助産師

2月18日 木

防災  
外部講師：防災士・武蔵野 美和さん

9月10日 木

赤ちゃんの歯について  
外部講師：歯科衛生士・吉田和子さん

3月11日 木

赤ちゃんの発達について  
講師：保健師

10月8日 木

だっこ・おんぶ  
講師：助産師

## お月さま・プチ

予約  
不要

ちくちくお裁縫しながら、妊娠中の不安・子育て  
の悩み事などおしゃべりしませんか？  
妊婦さんと月齢の低い赤ちゃん和妈妈のための、  
お月さまです。

- 〈対象〉 妊婦さん、生後4か月までの赤ちゃん和妈妈、ご家族
- 〈参加費〉 200円（北上市外の方は500円）
- 〈持ち物〉 ワンポイント刺繍をしたいもの（おくるみ、肌着など）、  
赤ちゃん連れの方はお出かけグッズ

〈時間〉 10:00～12:00

〈開催日〉 奇数月の  
第2土曜日

5/9 土

7/11 土

9/12 土

11/14 土

1/9 土

3/13 土



お申し込み・お問い合わせ

TEL 090-2981-1135 (いい産後!)

電話受付時間：  
月・水・金 9時～16時

info@manmaru.org https://manmaru.org

この事業は北上市からNPO法人まんまるママいわてが委託を受けて実施しております。