



はっぴい

mamaはっす 通信

vol.26

はっぴいmamaはっす3周年記念祭

5月14日(火)10:30~15:00 天寿園大広間

「防災士と助産師が伝える防災講座」
 矢張り安心の大切な家族(赤ちゃん)の命を守る!! 食の備え&パッキング♪
 災害時慌てないための赤ちゃんとの過ごし方!!
 10:30~12:00(10:15~受付開始)
 参加費100円、要予約

・佐藤先生講演会「メディアとの付き合い方」
 ・いろいろの小児科せう医院 院長せう先生
 ・から、メディアとうまく付き合っていくポイントを
 ・お話ししていただきます◎気軽に質問も
 ・できます!!
 ・13:30~14:30 参加費無料

- ★ときめき生協さんの試食
- ★青芳さんスローンフォーク名入れ商品販売
- ★女王様体験・胎児人形観察コーナー
- ★マネー講座「家計個別相談」
参加費500円、要予約
- ★個性心理学「個別相談」
参加費500円、要予約
- ★はっぴい&mamaはっす商店販売
- ★フリーマーケット
- ★ベアグリ販売
- ★などが開催!!
詳しくはブログをご覧ください

妊娠期から産後までデイケア・訪問ケアが ご利用しやすくなりました!!

このたび、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択され、今年度中(2019年度)は、価格を下げる事ができ、ご利用しやすくなりました!ぜひこの機会に、ご利用ください!

●産後デイケア●

1日6,500円(会費)、8,000円(非会費)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00~15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会費)、4000円(非会費)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、お昼寝したり、添い寝したり、お風呂入れを一緒にしたり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、またママや赤ちゃんの身体の事、心の事など、気になることを助産師・保健師に気軽に相談できます!お出かけするのが辛い時は、保健師・助産師が、ご自宅へ訪問します!詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

Q 新しい講座がはじまります!! Q

《助産師が伝える
赤ちゃんの成長発達からみたおもちゃ選び》

おもちゃはいつになったら必要??成長発達を促すようなおもちゃ選び、関わり方を一緒に考えてみませんか?♪

★〈対象〉妊婦さん~おおむね5ヶ月頃までの赤ちゃんとおうちの方
詳しくはブログへ!!

〈参加費〉お稽古講座と同様です

フリーマーケットでは、皆さんから古着をご寄付いただき、売上はmamaはっすの運営にあてさせていただきます!と考えております!!皆さまのご理解とご支援をお待ちしております♪



代表松山からママへ...

日暖かい季節になりましたね♪季節の変わり目は、関節痛やめまい、疲労感など、不快な症状が出やすい時です。花粉症で目や鼻の症状が辛いという方や、精神的にザワザワするという方もいます。もしもそんなときは何か辛さを感じた時、おすすめは深呼吸です。胸やお腹を膨らませることを意識して、身体いっぱい新鮮な酸素が入るのを実感してみましょ◎♡手足がホカホカになるがもしもそんな♪ぜひためしてみてくださいね◎



はっぴい

mamaはっす 通信

Vol. 27

カヲマンHamaさんのフォト撮影会 & 相談会の2019年度のご案内

はっぴい、mamaはっすでは、素敵な写真を撮影して下さるHamaさんのフォト撮影会と、専門職の相談会のコラボ企画を毎月1回開催しています。撮影したお写真は2枚プレゼントします。妊婦さんの撮影会は、1回価格を下げました!!!ぜひお気軽にご参加ください。今年度の予定です。詳しい日程は月間予定表をご確認ください。

ふたあひフォト撮影会 & 保健師による育児相談会

対象) 6~12ヶ月の赤ちゃんとお母さんご家族も大歓迎
開催月) 6・10・(2020年)2月
内容) 親子ふたあひ遊びの様子を撮影します。保健師への育児相談もできます!!
参加費) 会員 2500円、非会員 3000円

マタニティフォト撮影会 & 助産師による妊婦相談会

対象) 妊婦さん・パパやご家族も大歓迎
開催月) 7・8・9・11・12・(2020年)1・3月
内容) 妊婦さんのご様子を撮影します。助産師への妊婦相談をしたり、Hamaのパパ体験談も聞きたり、他の妊婦さんとも楽しくお話できます!!
参加費) 会員 2000円、非会員 3000円

6/23(日)
10:00~14:00

アピタで妊婦育児相談会
開催します!!!

(会場) アピタ新潟龜田店1階
赤ちゃん本舗前通路

新潟市さんとのコラボ企画♪(株)まつやまの
高鮮し食試食会と同時開催です!!
お気軽に遊びにおいでください♡

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたので、ご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください。

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00~15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できます。お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します。詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。



代表 松山 くるま

最近、交通事故のニュースが

多いですね。...

全く無関係の子が犠牲者になるなんて、絶対にそんなことは避けたいです!!

みんなを守っていきましょう!!!

そしてそして... 運転する側としても注意していきましょう!!!

ついつい時間に追われることも多いと

思います。余裕を持って運転できるように、

運転する前に深呼吸して落ち着きましょう。本

はっぴい mamaはっす 通信

vol. 20

女王様さん・ママさん大集合! ~知って安心の情報満載!!~

7月25日(木) 10:30~15:00 (10:15~開場・受付開始)

☆女王様さんおしゃべり会 10:30~12:00

☆ランチセミナー 12:15~13:00

「且か産院と一緒に赤ちゃんとの生活をイメージしよう」

☆プロチセミナー 13:15~14:00

「助産師が伝える赤ちゃんグッズの選び方のコツ」
〜抱っこ紐・チャイルドシート編〜

☆女王様体験・胎児人形観察コーナー

☆とめき生協さんの試食会・カラオケコーナー

☆牛乳販売コーナー ☆ベーグル販売

★カメラマンhamaによる
マタニティフォト撮影会

10:15~12:00 2000円 20名様

★女王様個別科目相談 10:30~14:30
500円 30分

★マネー個別科目相談 13:00~14:30
500円 30分

「子育てにかかるお金の話」

★個性心理学個別診断 13:00~14:30
500円 20分

「夫婦・親子の個性」個別診断

女王様さん
ママさん、パパさん
興味関心ある方
どなたでも参加OK!
入場無料です!

※★は要予約
です!!!
詳しい情報
やお申し込みは
ブログ!!!

おもちゃ講座スタートしましたよ

前回は3ヶ月と6ヶ月の赤ちゃん和妈妈にご参加頂きました◎
女王様さんや小さい赤ちゃんの場合は、これから矢の見過しを順を追って試みていくことができますし、少し大きなお子様の場合はお話を聞きながら、実際におもちゃで遊んでもらうこともできますよ!7月はおもちゃ講座開催月ですので、ぜひご参加下さいませ!!!

産前・産後の
デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください。

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発育に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できますお出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します!詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

○産前産後訪問ケア○

1回 3,000円(会員)、4,000円(非会員)が

どなたでも1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。



代表松山からママへ...

暑いと思ったら急に梅雨になりました本☹️身体も気分もなんだかスッキリしない時期です☹️やる気出ないなあ〜なんて日も多いですよそんな時は、無理せず家事の手抜きも大丈夫!!!一日赤ちゃんと過ごしている。。。それだけで充分です!「ちゃんとできてない」と自分を責めてしまう時もあるかもしれませんが、「ちゃんと」なんてできないのが育児です!!疲れる前に、赤ちゃんと一緒にイボみましよう♡一緒にお昼寝しましょ本◎!



mamaはっす 通信

vol.29

はっぴい mama はっす
提供
妊婦さん X ニュー

- ① マタニティ骨盤ケア&おしゃべり会
☆次回 8/5(月)
- ② マタニティフォト&妊婦相談会
☆次回 8/27(火)
- ③ 抱っこ講座・スリングタイム
- ④ 妊婦・育児相談会
☆毎週 月曜日・木曜日
- ⑤ パパの妊婦ジャケット体験
☆いつでも体験可!!
- ⑥ シバ浴指導
☆毎週 月曜日・木曜日

パパも
お気軽に
ご参加下さいよ



夏休みのお知らせ
8/10~15までお休みです
8/16~は通常です☺

ベビーカーコース第12期 募集中!!!

(対象) 参加時生後2~4ヶ月
(日程) 8月26日(日)
10:15~11:45 (以降毎月1回)
(料金) 4回コースチケット 10,000円(会費のみ)
1回 会費2500円 非会員3000円

ベビーカーコースでは、赤ちゃんの気持ちいい〜を
一歩に探り、成長・発達に合わせた遊びや
抱っこを実践します。また、ママの心身のセルフケア
の方法もお伝えしています。
ママ同士交流しながら4回のコースで学びを深め
ましょう!

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたので
ご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用
ください。

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごさせて、赤ちゃんの成長・発達に関する
ことや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談
できます!お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します!詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。



代表松山からママへ...

いよいよ夏ですお〜!!!どこへ行っ
ても、エアコンが効かなくて大人で
もお腹やこの腕が冷たくなってませんか???
赤ちゃんって、すごく汗もかくので、ついつい肌着
のうらなものを1枚にしていますか?赤ちゃん
も肌の露出は、ほどほどにしましょうね☺
この腕や太ももが出ていて冷た〜くなっ
て、いることがあるので、肘や膝より長いもの
にしましょう☺汗はかくので、マメに拭いて
あげたり、背中や首筋には小さなタオル
を挟んで、汗をかいたら交換してあげましょ
う!!大人も子どもも、冷えは万病のもと、夏こ
そ気をつけていきましょうよ



はっぴい♡

mamaはっす 通信

vol.30

ベビーカーコースのご案内

【対象】参加時生後2~4ヵ月

- 【日程】
- ① 8月26日 10:15~11:45
 - ② 9月9日 10:00~11:45
 - ③ 10月21日 10:00~11:45
 - ④ 11月18日 10:00~11:45

★欠席などでの振替が可能です!!途中参加もできます!! ★こちらにお参加して同じように子育てで悩んでいるママさんやスタッフの方とお話できたことが子育ての負担軽減やリフレッシュに繋がりました!!

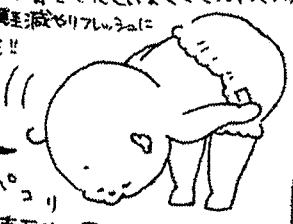
【参加者の声】

- ★イセの子やお母さんと知り合えた。息苦とのスキンシップの引き出しが増えた!!
- ★育児書通りに行っていないと不安になったりしたが、みんなと話をすることで負担も減った。
- ★子供に女すぎる考えが少し柔軟になれたと思います。

【内容】

- ① 赤ちゃんとの生活をす台めよう
 - ・赤ちゃんとの生活・成長・発達。お世話の仕方(だっこ・寝かせ方など)
- ② ベビーカー~発達を促すお楽しみ遊び~(毎回実施)
 - ・ママと赤ちゃんの気持ちいいを知ろう
 - ・ママのためのセルフケア(骨盤ケア・マタリハビリ)
- ③ 心の仕組み~自分との向き合い方~
 - ・心の仕組みとセルフメンテナンス(について)学ぶ
- ④ こまごちの私らしい子育てを考える~子育て中・お産・生まれてからを振り返る。ママの幸せ・赤ちゃんの幸せ

みなさんのご参加お待ちしております!!



産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください!!

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護士に気軽に相談できます!!お出掛けするのが辛い時は、助産師・保健師・看護士がご自宅へ訪問します!!詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

お知らせ

9月18日(水)・19日(木)

10:00~16:30

ASSH ママ&ベビーフェスタ 2019 !!!
(新潟日報 x ティアッシュ 1・2・20 p 管)

両日まつやせんブースでは母乳育児の試食会を開催します!!

19日のみ、ママはっす専用誌載による母乳食相談会も実施いたします!

両日たのしい企画たくさんです!!ぜひ遊びに来て下さいね!!!



代表松山からママへ...

台風が過ぎ去り、暑さのピークは過ぎたようで、これからは雨が降るたびに涼くなりますね。夏バテも出やすい時期なので、だるい日もあるかもしれませんが、ママ自身が休むことを躊躇せずかもしれません。ママが休まる時間をつくらるといいですね!!育児は長期間に渡ります。ママの心と身体を大事にしながら、ゆるりゆるりと休まながらいきましょう!!子育てと休んだら深呼吸してみよう!!身休(いっせ)い西薬素を取りこんだら、身も心もホカホカです!!♡♡♡



はっぴい

mamaはっす

通信

vol.37

10月の利用会員更新のお願いと 賛助会員達成のお知らせ

♡ご利用会員の皆様へ♡

いつもご利用ありがとうございます!!
当法人は10月より新年度となるため、
(10月からのご利用の際は、利用会員の
更新(年会費1200円)をお願い致します。
10月中に更新してください方には、プレゼント
もありません今後ともよろしくお願ひ致します。

◎新規ご利用会員様へ◎

新年度に当たって、10月中に入会してくだ
さる方にはプレゼントがござりますや
せひ10月中のご入会をおススメします◎
新年度も、素直にご利用される皆様
をお待ちしております♡♡♡

皆様のおかげで、9月中に目標としていた賛助会員100件は、達成する
ことができました♪本当にありがとうございました!!
毎年、多くの方々のご支援をいただき、本当に感謝でいっぱいです♡♡♡
これからも、変わらず「ママの笑顔がいちばん!!」をモットーに活動を続けて
まいりますので、今後ともご理解とご協力をお願い申し上げます◎

×ンタルケアコースのご案内

mamaはっすでは、×ンタルケアコース
を定期開催しています!! 第11期が10月終了、
第12期が10月よりスタートしますよ

子どもにイライラしてしまう...

子どもに泣かされると辛い

親や夫、周囲との人間関係が辛い

などなど... なんとなく気持ちが重い方、「こころ」について学んでみませんか? 受講生から気持ちが軽くなったとの声も聞かれます◎ 迷っている方もどうぞ気軽にお問い合わせ下さい◎

全4回コース
参加費10,000円(会員価格)
第12期第1回
10月11日(金)10:15~11:45
11月以降毎月1回開催します

- 内容
- ・第1回【まずは自分から。自分に優しく、子どもに優しく】
 - ・第2回【イライラを減らして笑顔を増やす】
 - ・第3回【子育てに現れる心の動きと仕組み】
 - ・第4回【産まれてきてくれてありがとう】



代表松山からママへ...

人がストレスを感じているときの

「こころ」の状態は、「しなればならぬ」「強くない」「おぼろげな」という気持ちが強いときなんですよ。『隣で食を食ばない』『部屋を片付けなさい』『怒らなさい』『めめなればいけなさい』など、自分で決めていませんか? それを「体重は増えているから今日食を食ばなくてもいいが、また明日やってみよう!」「部屋が多少汚れていても大丈夫」「怒りたくなるときもあるよ、など、ちょっと変換してみませんか? 楽観的に考えたってなる? とか、同じ感じならなんて言うかな? とか考えてみませんか? そんな気持ちを話すと少し気楽になれますよ! mamaはっすではそんな話もお待ちしています♡♡♡

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください♡

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できます! お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します! 詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。



はっぴい

mamaはっす

通信

vol. 32

2019年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

赤ちゃんニコニコ☆バビークラス教室 ～赤ちゃんの成長、発達のために～

11月11日(月)

- 10:00～11:30 ふちふちクラス(2歳未満の赤ちゃんとお母さんとママ)
- 13:15～14:45 はいはいクラス(はいはいが大好きなお母さんとママ)

(参加費) 会員 2000円
非会員 3000円

(講師) 母子フィジカルサポート研究会助産師
杉上 貴子 助産師 (HP: mamaはっす)

赤ちゃんはいっぱいなことを身体で感じ伝えてくれています。赤ちゃんの発達段階に合わせた遊びや関わりを通して親子のラポート楽しい～なときを一緒にすごしてみませんか？赤ちゃんとの関わり方に迷っている方、自信がないという方、ぜひご参加下さい♡

子育て支援に活かす心理学講座

《第1回:相手の価値観を尊重する関わりのコツ》

11月13日(水) 13:00～14:30

自己診断テスト実施し、自分の価値観を知ること、相手との違いを意識した関わり方のコツを知ることが出来ます!!

《第2回:自分と相手の評価基準を矢張り》

11月27日(水) 13:00～14:30

私たちは無意識に自分や相手を評価しがち人と接しています。自分自身が取りやすい立場を知り、その特徴を一番者に学び、自分と相手の関係性に活かして下さい♡

11月17日10時～16時
in 越後森林食舎

はっぴい子育てフェア2019

- ★子育てお話し会(無料)
11:30～ / 14:00～
- ★個性心理学個別相談
30分500円

11月23日

10時～14時

in 亀田アピタ店

アカチャンホンポ前

妊婦・子育てほっとステーション
育児相談会します♪

代表松山からママへ...



先日の台風(本日も大きな被害が出ましたね)今回、新潟市はあまり影響がなかったですが、河川の氾濫・決壊が多くの地域を発生し、予想以上の被害に陥ったと言われています。洪水や浸水の時の対処は、地震や津波とはまた違いますね... 被害地域を地図化したハザードマップをご存知ですか？洪水や浸水・津波の時、それぞれ専用のものがあります。市や県など自治体のHPに載っていますので、ぜひこの機会にイ住んでいる土地のハザードマップを見ておきましょう!! そして、家族で防災について話しておきましょうね♡

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください♡

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお風呂したり、ひとりでお風呂に入ったり... 1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できます!お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。



はっぴい♡

mamaはっす

通信

vol. 33

12月20日
10:00~15:00
天壽園にて

Christmas Event! 妊婦さん・ママさん大集合! ~目からウロコの情報満載!~

「個性を知って人間関係に活かそう!」
10:15~11:30 参加費無料・予約不要

「子育てに活かすライフプランの考え方」
11:45~12:30 参加費無料・予約不要

入場無料です

12:30~ビュッゴ大会!!

「ライフプラン表を使ったお金の見守め方」
13:30~14:30 定員10組、参加費500円

新潟ときめき生協
試食コーナー
スーパ、ナゲットなど
フリードリンクもあるよ!

手形・足形アート
10:00~14:00 800円
制作時間月30分!!
要予約!! 申込はコチラ↓
Sweettimesb@gmail.com

育児相談
コーナー
予約不要
★★★

ベージュ販売
11:30~

物販
コーナー
* * *

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたので
ご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用
ください。

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00~15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

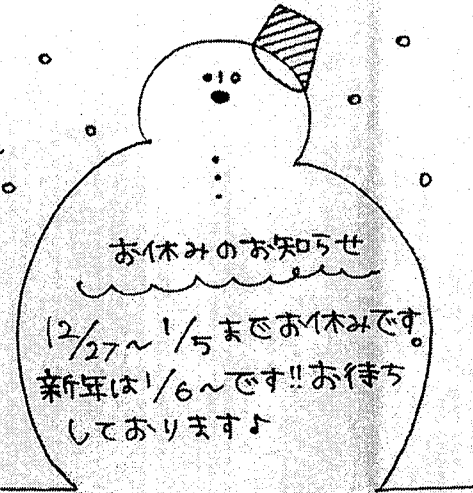
○産前産後訪問ケア○

1回 3,000円(会員)、4,000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったたり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関する
ことや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護婦に気軽に相談
できます!お出かけるのが辛い時は、助産師・保健師・看護婦がご自宅へ訪問します!詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。



代表松山からママへ...

もうすぐ12月、今年も終りに近づいてますね。昨年の今頃(え、どんな様子でしたか?)とても大きく成長しましたね◎子どもも親も1年経つと、本当に大きく成長しますゆ子どもはできることを一生懸命にやります!!とんとんと自分自身でステップアップしていきます。親の役目は、それを子ども自身ができるように環境を整えてあげるコトかなと思うんです。危ないし制限するより、どうせ、たまたまいいことをやるのか?工夫してあげるといいなと思います◎来年も一緒に成長していきましょう♪♪♪



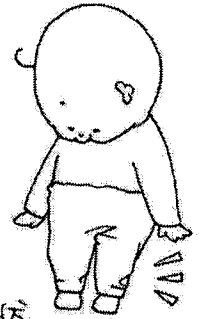
は、ひ、ひ、ひ

mamaはうす

通信

Vol. 34

ホカホカ♡



明けまして
おめでとうございます!
今年もよろしく
おながいいたします♡
スタッフ一同

代表松山がママへ...

ズボン下(レギンス)入荷しました!!!



mamaはうすでは、大人も赤ちゃんも健康のために「**頭寒足熱**」をお勧めしています。足が冷えていると、下痢や便秘などいろいろな症状に繋がることがあります! 冬は牛乳に鼻水が出たり、そこから風邪を引きやすくなります。また、足元が暖かいとよく眠れます。最近、夜起きるようになって...というお母様の時も、寒いかもしれないとお伝えします。寝るときは、胸のところはなるべく厚く重ねていても、足の太もものあたりは「木だ」たりしていませんか? 便秘や下痢、夜泣きなどと思われないような時にはだまされたいと思ってズボン下をはいてみてください。汗をかいたので暑いと思って...という声もよく聞きますが、赤ちゃんは授乳の時などに、いらい汗をかきます。そんな時には、首にタオルなどを入れて交換してあげましょう!! 足は触ってみて、ママの手よりも冷たかったら温めてあげましょう♡ 足首が出ている時はレギンスやママーもオスス×です。mamaはうすでは、X-カーさんのこだわりで、股上の深い70、80cmのズボン下をご用意しています!!!

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください♡

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも 1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3,000円(会員)、4,000円(非会員)が

どなたでも 1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお風呂したり、ひとりでお風呂に入ったり...。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できます! お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師が自宅へ訪問します! 詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

デイケアと訪問ケアの牛乳別価格が2020年3月までとなります!!! この1年で多くの方からご利用いただき感謝しております♡ まだご利用を迷われている方、ぜひこの機会にお試しください!!! お待ちしております♡
※2020年4月以降は通常料金に戻ります



は、ひ、ひ、ひ

mamaはっす

通信

vol. 35



2月23日(日曜日)

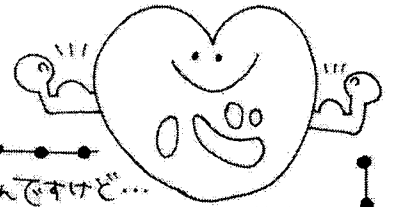
龜田アピタ店アカチャンホンポ前

女王様・子育てしまとステーション
 育児相談や離乳食試食会⑤!!
 赤ちゃん抱っこ本馬会・女王様ジャケッ
 本馬会もありますよ
 パパもママもみなさんでお出かけ
 ください♡♡♡



代表松山からママへ...

きとみんなおがっていることなんですけど...



人と人が触れ合って、すごく大切なことなんですよね⑤ 3月共にとはい心の栄養!!!
 赤ちゃんにとって抱っこされることは、本当に!!!至福の時なんですよね♡ 実は...私達
 大人もそう!!心の栄養って、食事と同様に、お腹を空かせてしまうので、やはり補給が
 必要!!心の栄養補給してますか?何をするかが栄養補給になるのか...それは人それぞれ
 ぞれその時々違います。温泉という人やおしゃべり、一人で旅行、買い物などなど、自分に合った
 養補給を行いましょ!!子育て中はなかなか好きなものを好きなだけ栄養補給する
 おけにはいかないかもしれませんが、「やりたいな」と何か浮かんだり、感じたりしたものが
 あたらやってみましょ!!今はできなくても、書き留めてどうやったらできるかを考えてみるのも楽
 しいと思いますよ!!今できないこと考えたら辛いじゃんそんなのやだ!!!という方は、この話
 スルーして下さい本(笑)そんなこんなのお話もお聞かせ下さいね⑤♡

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたので
ご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用
ください

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関する
ことや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護婦に気軽に相談
できます!お出かけするのが辛い時は、助産師・保健師・看護婦がご自宅へ訪問します詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

デイケアと訪問ケアの特別価格が
 2020年3月までとなります!!!この1年で
 多くの方にご利用いただき感謝して
 おります♡まだご利用を迷われている方、
 ぜひこの機会にお試ください!!!
 お待ちしております⑤
 ※2020年4月以降は通常料金に戻ります



はっぴい♡

mamaはっす 通信

vol.36

ケアコース変更
のご案内!!

●ベビーカーコース●

3月までのコース内容は、4月より変更となります!!!よりママと赤ちゃんが参加しやすいような講座を企画しております。3月急な変更で申し訳ありませんが、ベビーカーコースのお休みがあり振り替え受講をご希望の方はスタッフにお気軽にお願いいたします。4月からの新メニューをお楽しみにしてください!

●メンタルケアコース●

2~5月開催の第13期生を募集します。現在の内容での開催は、今期が最終となります!!気になっているか、関心のある方は、この機会にご参加ください。また、今までのお休みがあり、振り替え受講ご希望の方は5月までに受講いただき、ご都合が合わない場合はご相談ください。6月以降は、よりママたちが参加しやすい新メニューを企画しております。

<第13期日程と内容>

- 第1回目 2月21日(金)10:15~11:30
「まず自分から。自分に優しく、子供に優しく。」
- 第2回目 3月27日(金)
「イライラ(ストレス)を減らして笑顔を増やす」
- 第3回目 4月24日(金)
「子育てに現れる心の優美と仕組み」
- 第4回目 5月29日(金)
「産まれてきてくれてありがとう」



代表松山からママへ...

3月は年度末で何かとおおた
だしい時期ですネ。3

入園やお仕事に復帰されたり、新しい環境を迎えることもあるかと思います。お出かけも多くなる時期かと思いますが、大人も子どもも気が付かないうちに疲れが出るかもしれません。お出掛けが連続したときや、なんとなく子どもがグズグズするな〜と感じたときは、お休みの日を作るようにしましょう。慌ただしい時には、深呼吸してホッと一息つきましょ♡♡

産前・産後の デイケア・訪問ケアのご案内

今年度も、独立行政法人福祉医療機構社会振興助成事業として採択されましたのでご利用しやすい利用料金のまま、実施できることになりました。この機会にご利用ください。

●産後デイケア●

1日6,500円(会員)、8,000円(非会員)が

どなたでも1回 2,000円

10:00-15:00のお好きな時間。昼食代・沐浴代含む

○産前産後訪問ケア○

1回 3000円(会員)、4000円(非会員)が

どなたでも1回 1,500円

日時についてはご希望をお聞きし、ご相談して決めます。

デイケアでは、ママがお昼寝したり、ひとりでお風呂に入ったり。。。1日のんびり過ごせて、赤ちゃんの成長・発達に関することや、お世話の仕方、寝かせ方、また、ママや赤ちゃんの身体のこと、心のことなど、助産師・保健師・看護師に気軽に相談できます!お出掛けするのが辛い時は、助産師・保健師・看護師がご自宅へ訪問します。詳しくはブログ、ホームページをご覧ください。

デイケアと訪問ケアの特別料金が
2020年3月までとなります!!!この1年で
多くの方にご利用いただき感謝しております。まだご利用を迷われている方、ぜひこの機会にお試しください!!
お待ちしております。

※2020年4月以降は通常料金に戻ります。