



初体験託児を
サービス
無料託児あり！
定員 先着5名様

2017年 産前・産後ケアセンター・東峯サライ

マタニティ・ママ と 0歳児のお子さんを持つ

“なりたてママ”と、今どきママを応援したい先輩ママのための

育児ブルーを吹き飛ばす！

トーク&トーク ・ マザーリング応援セミナー

場 所： 産前・産後ケアセンター 東峯サライ 5階の会場へ直接お越しください。

ご予約 お問合せは 電話番号：03-3646-0303 / 東京都江東区木場6-11-3

ご参加費用： 1回 ￥ 2000円 (毎当日会場でお支払いください。)

事前予約制： 定員 15名 (赤ちゃん託児は5名まで) 定員になり次第締め切ります・

ご予約はお電話または、東峯サライ事務局及び専用ウェブサイトからお申し込みください。

「育児を楽しむために。産前産後は、素敵な母親になるための大切なプロセスです。心と体(生理・ホルモン機能)の微妙な変化を知り、心地よい育児のためのマザーリング(母の優しさとその表現)のコツを 当日参加の多種多様なママたちと、知的井戸端会議しましょう！！

ファシリテーター： 東峯サライ顧問 マザーリング・ナース たけなが かずこ

日程(2017年)	テーマ(全5回)
3月9日(木) 14:00~16:00	“妻・母・私”の三原色のライフスタイルを見つけるために 「マザーリングの“3つの輪”の生き方提案」「家族の健康と生涯のライフプランをいっしょにイメージ」
3月16日(木) 14:00~16:00	“妻・母・私”を豊かに育てるために 「相性の良いサポーターさんとの出会いと活用」「まずは、自分のコミュニケーションスタイルを知りましょう。」「他人との関係の維持に欠かせないコミュニケーションのコツとワザ」
3月23日(木) 14:00~16:00	先輩ママもこれで乗り切ってきた！マインドとマナー 「マザーリング・マインド10」「赤ちゃんを預け、預かる時のマナー」「お付き合いのルール」「マザーリング流傾聴力&表現力とは？」
3月30日(木) 14:00~16:00	“黙っていても察してほしい”はNG? 「家族の絆をより深める、触れ合いコミュニケーション。」
4月6日(木) 14:00~16:00	語り合いましょう トーク&トーク 「心と体、性と生。どんな不安と不満があるの?」「これからの家族計画・夫婦生活・キャリアと育児のバランス計画について」「あなたも、いつか、どこかで誰かのマザーリング・マザーになりましょう！」

- ・東峯婦人クリニック、東峯サライを利用したことがない方でもご参加いただけます。
- ・託児は5名迄。マザーリング・ボランティアがお預かりします。哺乳瓶&ミルク等もムツなど必要なものはご持参ください。初めての託児経験をサポートします。
- ・ご予約は専用サイトへ！<http://takenagah.wixsite.com/mothering-seminar>

「セミナーをおすすめします！」東峯サライ副センター長 医師 佐藤香織先生



妊娠・出産できることは健康の証であり、自然なことですが、育児は学ばなければわからないことが多いものです。ポジティブに育児に向き合えるように、0歳児のお子さんを持つママにおすすめします。このセミナーはきっとあなたのお役にたつでしょう。

