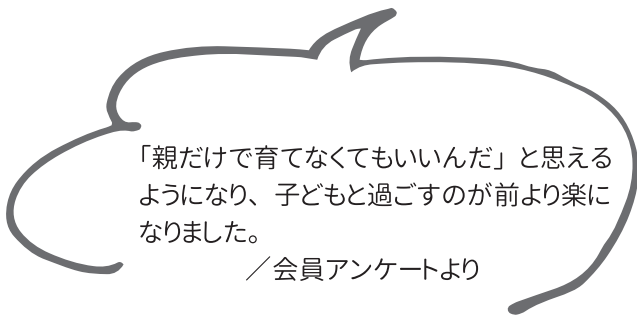




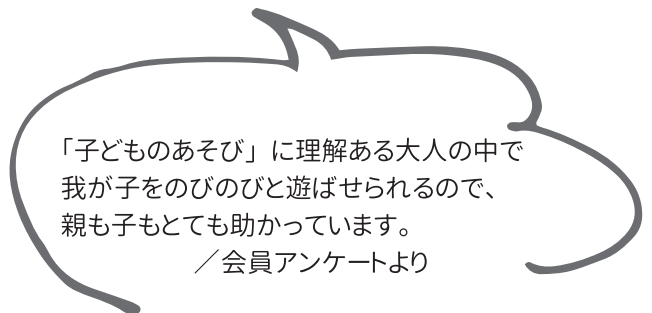
子どもの成長を、 いっしょに喜んでくれる仲間

幼児期から、大きくなっていく過程を見守ってくれる大人がたくさん出来ます。



知って欲しい！ あそびの重要性

子どもが夢中になってあそび込める場所や時間がありますか？ 特に子どもが小さいときには、できるだけ自由に遊ばせてあげる環境が必要です。



●入会のご案内

いつでも、どなたでも大歓迎♪「みんなで子育て」を実感しませんか？

【家族会員】家族みんなで登録

小学生以上の子を含む世帯 2,200円/月
子どもが未就学の世帯は半額 1,100円/月

【個人会員】

小学高学年～大人 一人で登録 1,200円/月

【減免】住民税非課税世帯は会費半額となります。

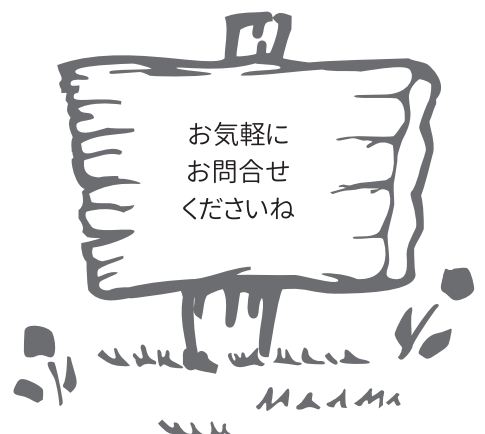
●申込み・問合せ

NPO法人ふれいおん・とかち (帯広市西20条南5丁目18-2)

【芽室ブロック】

鈴鹿珠実 0155-62-7381
嶋野奈津美 090-1385-8775
メール playontokachi@gmail.com

HP・Facebook・Instagram「ふれいおん」で検索してください



サロン「縁が和」

(社) ドゥーラ協会認定産後ドゥーラ わたなべふみこ

「子育ては守られながらしてほしい」
子育て中のお母さんの笑顔サポーターとして
食のご提案を柱に願いを込めて活動しています



サロン「縁が和」

サロン「縁が和」は、ママと赤ちゃんがゆっくりと過ごしていただくための私設サロンです。
どなたでも気軽にお越しいただけます。

●離乳食講座

赤ちゃんも大人も一緒に食べられる離乳食。
頑張らない、わざわざ作らない、楽しく食べる。
離乳食に限らず、安心できる食の基本をお伝えします。

全3回シリーズ（何回からでも参加可能）
毎月1回10：00～14：00 参加費3,000円
持ち物 エプロン、筆記用具、おんぶひもがあると一緒に作業ができます。

●ときほぐの会

妊婦さん、ベビ待ちさん、産後ママ対象の会です。
セルフ整体である「からだレッスン」を講師を招いて開催しています。

終了後はからだにやさしいランチを食べながら、
ゆっくりと体も心もふんわりときほぐす会です

毎月1回 10：00～14：00

参加費：3,500円

●「縁が和」ランチ会

不定期開催ですが、ランチの提供もしています。
グループでのランチ会などもご相談に応じます。

※いずれの会も、ホームページにご案内を載せております。開催日等お電話でもお気軽にお問い合わせください。



産後ドゥーラ



●産後訪問サポート

産後、ご自宅に訪問し、家事サポート、育児サポート、お母さんのサポートをさせていただきます。

1回 2時間半 6,000円(町内は交通費無料)

●産後プランニング&お試しドゥーラ

産前（または産後）に、産後の生活を具体的にイメージし、床上げまでの三週間の生活をどう乗り切るか、事前に計画を立てることをおすすめしています。産後ドゥーラがプランニングのお手伝いに伺います。加えて、お試しとして、おかずまたはおやつを1～2品作ります。サポートをお試しいただくことで、産後のサポートがよりスムーズにおこなえます。

1回 2時間半程度 6,000円

まずは、お気軽に お問い合わせください。

●産後ドゥーラサポートギフト券

ご出産のお祝いにサポートのギフト券もご用意しております。お問い合わせください。

認定産後ドゥーラ

芽室町東2条南4丁目2-17（サロン「縁が和」）

わたなべふみこ

Tel 090-6263-7465

E-mail : salonengawa@gmail.com

サロン「縁が和」 ホームページ <http://en-ga-wa.jimdo.com/>

サロン「縁が和」 ブログ <http://ameblo.jp/furikanofu>



サロン「縁が和」 HP