

0歳ママさん / 一緒にリフレッシュしませんか？

ひよこママの サブリ講座

参加対象

生後2～5ヶ月の
赤ちゃん和妈妈

初めての赤ちゃん
限定です

赤ちゃんが生まれてからあつという間の数ヶ月。
めまぐるしい毎日、よく頑張っていますね。
このあたりでちょっとリフレッシュ&リラックスしませんか？
がんばっているママに、今、必要な栄養がこの講座につまっています。

最初は緊張したけど
すごくリフレッシュできた！
赤ちゃん和外出するのが
楽しい♪

子育て仲間ができました！
一緒に悩める仲間がいるって
心強いです。

昨年までの参加者の方の声です

大変なのは私だけじゃ
ない。皆同じなんだと
わかって、気持ちが
楽になりました！



全3回講座

2022年9月

20
(火)

22
(木)

27
(火)

お申込みは
公式ホームページから

静岡県立大学 小鹿キャンパス 看護学部棟にて

講座内容

おうちがスタジオ！赤ちゃん写真の撮り方

タッピングタッチで心も体もリフレッシュ

お産はみなドラマティック！お互いの体験を語り合おう



バディプロジェクト 検索
<http://mamabuddy.com>

主催：NPO法人バディプロジェクト サブリ講座実行委員会 × 静岡県立大学看護学部母性看護学・助産学領域
共催：静岡県立大学看護学部看護実践教育研究センター 協力：静岡市子ども未来課 後援：静岡市助産師会

第1回

9/20
(火)

おうちがスタジオ! 赤ちゃん写真の撮り方 👩 親子で参加

講師: カメラマン 山崎深雪さん

▷場所:3階 実習室3 ▷時間 10:00~11:00

看護師の
タマゴさんたちが
講座をサポート
します

第2回

9/22
(木)

タッピングタッチで心も体もリフレッシュ 👩 親子で参加

講師: Ami助産院 近藤亜美さん

▷場所:3階 実習室3 ▷時間 10:00~11:00

第3回

9/27
(火)

お産はみなドラマティック! お互いの体験を語り合おう 👩 赤ちゃんは保育に預けます

講師: Ami助産院 近藤亜美さん

▷場所:2階 実習室1 ▷時間 10:00~11:00

3階実習室4にて、保育スタッフが赤ちゃんをお預かりします

日 時 **2022年9月20日(火)、22日(木)、27日(火) 10:00~11:00**

講座の内容は60分ですが、終了時間は多少延びることがあります。余裕を持って、ご予約ください。

場 所 **静岡県立大学 小鹿キャンパス 看護学部棟** *日付によって教室が変わります

対 象 **第1子の2~5ヶ月の赤ちゃんとそのママ**
(2022年4月20日~7月20日生まれの赤ちゃん)

定 員 **12組**(先着順)

受講料 **3,000円**(ママと赤ちゃん1組につき)

新型コロナウイルス感染症対策に関するお願い

NPO法人バディプロジェクトは、厚生労働省及び静岡県の対処方針に沿って感染拡大の防止に細心の注意を払い、本講座を実施いたします。参加される方々におかれましても、手洗いやマスクのご準備、うがいなど、感染防止策へのご理解とご協力を頂きますよう、よろしくお願い致します。

お問合せ



NPO法人 **バディプロジェクト**

090-4111-5029 (担当: 滝) *電話での申し込みはできません。

お申し込み

バディプロジェクトのWEBサイトからお申しください

<http://mamabuddy.com>



静岡県立大学 小鹿キャンパス 看護学部棟

〒422-8021 静岡県静岡市駿河区小鹿2丁目2番1号

*草薙キャンパスではありません。
ご注意ください。

◎アクセス

【電車】静岡鉄道「柚木駅」下車、徒歩20分
JR「東静岡駅」下車、徒歩20分

【バス】JR「静岡駅」から、しずてつジャストライン

①「静岡駅前」(駅北口8番乗り場)より「美和大谷線
(静岡大学または東大谷方面)」または「小鹿線」で「小鹿局前」下車、徒歩3分
②「静岡駅南口」(駅南口21番乗り場)より「みなみ線(曲金経由)」で
「小鹿局前」下車、徒歩3分

*数に限りはありますが、駐車場をご利用いただけます。事前にお申し出ください。

