

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
すぐリフレッシュできた！
赤ちゃんと外出するのって
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。みんな同じなんだ
とわかって、気持ち
が楽になりました！



全3回講座

2023年9月

22
(金)

26
(火)

28
(木)

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

9/22
(金)

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

▷時間 10:00~11:30

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

9/26
(火)

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

▷時間 10:00~11:30

第3回

9/28
(木)

お産はみなドラマティック! お互いの体験を語り合おう

講師: Ami助産院 近藤亜美さん

▷時間 10:00~11:30

別室にて、保育スタッフが赤ちゃんをお預かりします

赤ちゃんは保育に預けます
(お母さんだけの参加でもOKです)

日 時 **2023年9月22日(金)、26日(火)、28日(木) 10:00~11:30**

講座の内容は90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**

対 象 **第1子の2~5ヶ月の赤ちゃんとそのママ**
(2023年4月22日~7月22日生まれの赤ちゃん)



定 員 **12組**(先着順)

受講料 **5,000円**(ママと赤ちゃん1組につき) 保育料 **1,000円**(第3回講座、希望者のみ)

お問合せ



NPO法人 **バディプロジェクト** **070-4109-2660**

または.. Ami助産院 **054-247-1423** *お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

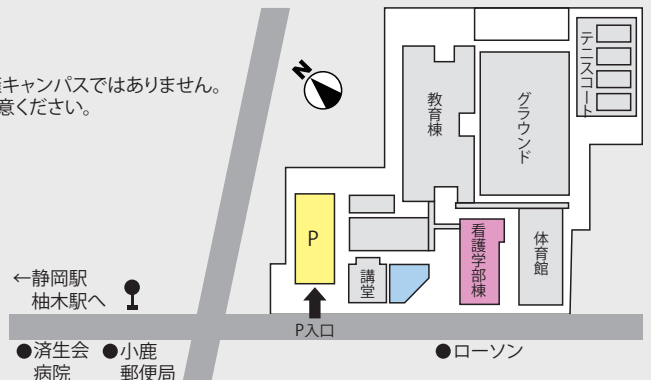
◎アクセス

【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

*草薙キャンパスではありません。
ご注意ください。



*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。