

産後も私らしく

産後ケアプログラム講座を行いました！

11月18日と25日の2日間、産後1年未満のママを対象に、「産後ケアプログラム講座」を開催しました！講師はおかのうえ助産院の宮原助産師です。

ママへ絵本の読み聞かせ、みんなでストレッチ、宮原さんの講話や、座談会を通してママ同士の交流を行いました。



【ママへ絵本の読み聞かせ】



【みんなでのびのびストレッチ】



【お子さんも一緒に参加できます】



【ママ同士でお話タイム】

小鹿野町 こども課

