

「チーム子育て」 のための 体力づくりと子育て戦略

パートナーと一緒に子育てに必要な体力づくりをします。

- ボールエクササイズで体力づくり
- ママ・パパの子育てクライシス防止
- 長い子育て期の戦略プラン

2024年

7/20 土

10:00~12:00

参加無料
保育あり

講師	認定NPO法人マドレボニータ 産後セルフケアインストラクター 吉田 紫磨子
対象	子育て中・出産を予定&希望しているカップル(産後女性は2ヶ月以降の方)、子育て支援者等 ※パパのみ・ママのみの参加も可
定員	30名 申込締切 6/18(火) ※定員を超えた場合は抽選
保育	満6ヶ月から小学校3年生まで(お子さん1人200円) ※6ヶ月未満の赤ちゃんは同伴可
主催	栃木県

会場・お申込み・お問い合わせ

パーティとちぎ男女共同参画センター

〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 (公財) とちぎ男女共同参画財団

☎028-665-7706

9~17時受付 (月曜日・祝日休館)



↑パーティHP



↑申込フォーム

講師プロフィール

吉田 紫磨子 (よしだ しまこ)

認定NPO 法人マドレボニータ 産後セルフケアインストラクター



1971年生まれ。第1子出産後に「産後うつ」を経験。マドレボニータの産後プログラムに出会い、体を動かすこと、パートナーと対話を重ねることで回復。産後のヘルスケア、パートナーシップの必要性を感じ、インストラクターに。産後ケア教室、マタニティケア教室、産院協働クラス、父親学級、両親学級、祖父母向け産後サポート講座、大学生向け産後講座を開催。四女児の母。

※FAXの誤送信にご注意ください。

FAX宛先:(公財)とちぎ男女共同参画財団 啓発支援課宛

とも育て講座 ※4月3日(水)より受付開始!
FAX申込み FAX 028-665-7722

① 「チーム子育て」のための体力づくりと子育て戦略

ふりがな		生年	昭和・平成
お名前			年生まれ
パーティ講座へのお申込みは	初めて・以前にもある	性別	
ふりがな		生年	昭和・平成
お名前			年生まれ
パーティ講座へのお申込みは	初めて・以前にもある	性別	
ご住所(必須)	〒 _____		
お電話(必須)	_____		
一時保育希望の有無(○で囲んでください)	一時保育を <u>希望する</u> ・ 希望しない ※希望する方はお子さんの人数と詳細をご記入ください 人数: _____ 人 ふりがな _____ 生年月日 平・令 _____ (性別: _____) ふりがな _____ 生年月日 平・令 _____ (性別: _____)		
6か月未満の赤ちゃん同伴の場合ご記入ください。	ふりがな _____ 生年月日 平・令 _____ (性別: _____)		



携帯電話からのお申込みはこちらから→



パーティHPはこちら→



・お申込み時に頂いた個人情報は、連絡やセミナー案内等の目的以外には使用いたしません。

※FAX、ホームページよりお申込みの方には、3営業日以内にFAXやメール等で受付完了の返信をいたします。

返信が届かない場合はお申込みが完了してない可能性がありますので、お電話等でご確認ください。