

ママほぐ-産後カフェ-

ママが話す・学ぶ・休まる場所

11ヶ月までの赤ちゃんとそのママのために特別なカフェタイムをご用意しました。下記の講師の中から月ごとに数名がママたちをお待ちしています。講師に相談や体験をしても、私たちや一期一会なママとおしゃべりしても、のんびりとお茶を飲みながら持ってきた雑誌を広げてもいい。

赤ちゃん中心の生活が始まり数ヶ月。この辺で少しひと息いれませんか？

あなたひとりだけじゃない。
がんばらなくて大丈夫。そばにいるから。



柳川友紀
ベビーウェアリング
コンシェルジュ



安藤千晶
つむぎ助産院
助産師



うらべさと
作業療法士
クレイソムリエ



平野のり子
あじさい助産院
助産師



藤本きよみ
薬剤師
国際中医薬膳師



はじめりさ
離乳食インストラクター
幼児食アドバイザー



羽田見枝香
免疫力を損ねない子育て
おばあちゃんの知恵袋



高村えり子
産後ケアリスト
ボディケアセラピスト



みなみはるか
理学療法士



ママほぐ公式LINE
QRコード



古知屋千恵子 赤池亜希子 中村麻紀

ママが体験中、運営の保育士が
お子さまの見守り保育をします。
ご来場のママたちとの
楽しいおしゃべりを
心待ちしています♪



会場の様子

対象:5組程度までの親子
体験予約の要・不要にかかわらず
必ずご予約をお願いします。
賛助会よりカフェカレッタカレッタさんの
焼き菓子のプレゼントがあります♪



SNSやポータル
サイトにて
情報発信中！

2022年度の子定
4/15 5/20 6/17
7/15 8/19 9/16

《ご予約・お問い合わせ》 予約フォームより毎月1日予約開始！

※以下のいずれかにご連絡下さい

- ママほぐ公式LINE：ID@311nweekで検索
または QRコード
- ママほぐ Facebook、Instagram、ホームページ内の
申込フォーム
- メール：mamahogu@yahoo.co.jpへ
(○月△日産後カフェ予約希望を件名に明記)

場所：ブランチ茅ヶ崎
(会場の詳細はご予約時にお知らせします)

開催日：毎月第3金曜日

時間：10:00～12:00 (入退室は自由)

参加費：¥1600 カフェ付 (各講師体験込)

主催/ママほぐ 協力/まちづくりスポット茅ヶ崎