

# 赤ちゃんセミナー



## 「抱っことおんぶを究めてランチを食べよう！」 ～抱っことおんぶのレッスンと調理実習～

赤ちゃんのお世話をしながら、みんなどうやってご飯をつくったり、家事をするの？  
その技の1つとして「おんぶと抱っこ」をうまく活用できたら、子育てが大きく変化します。  
赤ちゃんの成長を妨げることなく、安全に。お母さんや赤ちゃんの体に負担をかけないおんぶと抱っこの仕方を学んで、一緒においしいご飯を食べませんか？

札幌からNPO法人だっことおんぶの研修所認定「ベビーウェアリングコンシェルジュ」講師の池田さんをお呼びし、お母さん一人ひとりにあわせた抱っことおんぶの仕方、抱っこひもの特性と選び方、使い分けについて学ぶことができる貴重な機会です。

抱っこひも・おんぶひもは、こちらで準備しますが、お使いの抱っこひも等がありましたら、適切な使い方について助言を受けられますので、お持ち下さい。

調理実習では、知っておくと子育て中ずっと役に立つ「なみうち助産院のレシピ」から、びっくりするほど早くできる数々を紹介しますので、こちらも楽しみにご参加下さい。

参加人数に限りがありますので、お早めにお申し込み下さい。

と き：平成31年7月10日（水）10時～14時

ところ：なみうち助産院（真狩村社87-1）

内 容：講話(実技)「抱っことおんぶの基本（抱っこひもの使い方）」

講師 NPO法人だっことおんぶの研修所

ベビーウェアリングコンシェルジュ リポ 池田 清美氏

調理実習と昼食会（お茶会）

対象者：0ヶ月から8ヶ月くらいまでの赤ちゃんとお母さん

参加費：5500円



※申し込みはメールでお願いします

なみうち助産院 浪内淳子

mail : [info@mammajo.com](mailto:info@mammajo.com)

(問い合わせ先 浪内携帯 090-8904-4245)