

主催：認定 NPO 法人さめさずコムシアター
地域子育て支援拠点「コムコムひろば」産前産後支援プログラム

助産師さんによる

ZOOM

オンライン マタニティ スクール



好評につき♪
毎月1回
継続開催します!!

自信がなくて
不安

とにかく
分からないこと
だらけ

コロナで
両親学級が
なくて困る

パパとママ
2人で一緒に
学びたい

専門的な
アドバイスが
欲しい

定員：各回 5 組程度

対象：妊婦さんとそのご家族
(初産婦・経産婦)

参加費：無料

詳細は裏面へ

★ マタニティの「今とこれから」

2/13 (土) 10:00 ~ 11:30

- おなかの赤ちゃんの成長
- 妊娠した女性の身体と心の変化
- 妊婦と家族の生活上の注意
- マタニティブルーや産後うつ
- 今どきの子育てって？
- 知っておこう、子育て支援情報

★ やっぱり気になる 「お産」のこと

2/27 (土) 13:00 ~ 14:30

- お産の流れや過ごし方
- 赤ちゃんってどんな風に生まれてくるの？
- お産の準備や心がまえ
- 始まりの兆候って？
- 連絡や入院のタイミング
- 立ち会い出産のこと

★ ママになってからの くらし

3/6 (土) 10:00 ~ 11:30

- 産後のママの身体と心
- 知っておこう赤ちゃんのこと
- 抱っこの基本 ●おむつ替えや沐浴など
- 食ること(授乳や離乳食) ●泣くこと
- 家族で子育て

どなたでもどのタイミングでもご参加いただけます。お気軽にお問い合わせください。

ZOOM について

「Zoom なんて使ったことがないから、よく分からない！」

そう感じてしまい、オンラインセミナーへの参加をためらっているとしたら・・・
それほどもったいないことはありません。

Zoom の場合、そんな**心配は無用**です。

まずは、それぞれの端末で Zoom がダウンロードされていること。
そして、申込み時にご入力のメールへ主催者から送られた招待 URL をクリックまたは ID やパスワードを入力すること。

簡単に言えば、この2つの作業でどなたでもどのタイミングでも参加が可能♪

各端末での詳しい参加方法 (zoom の使い方) は、WEB にて紹介しています。
ぜひ参考にしてください。

例えば、こんな方でも大丈夫!!

「**おうちだと家族の声が心配**」

だいじょうぶです！ミュート機能で自分の音声は切ることができます♡

「**顔って映らないといけないの??**」

だいじょうぶです！ビデオを OFF にして、ご参加頂くことも可能です♡

「**もし、途中で退出しないといけない状況になったらどうしよう...**」

だいじょうぶです！気にせず退出して OK です♡

どうぞお気軽に
ご参加くださいね



profile



鈴木佳奈子 氏

助産師 (善通寺市非常勤勤務)
国際認定ラクテーション・コンサルタント
子育て応援助産院 ゆるり 主宰
丸亀市在住

《お申し込み方法》

WEB から 24時間受付中!!

<http://com-com.main.jp/>

コムコムひろば 検索



《参加方法》

ZOOM Cloud Meetingsダウンロード。
申し込み完了後、入力されたメアドに zoom 受講 URL 等お知らせが届きます。
おうちから、ぜひご家族と一緒に、お手持ちの端末(PC・タブレット・スマホ)にて、ご参加ください。

《お問い合わせ》

認定NPO法人

さぬきっずコムシアター



子育て親育ちほっとスペース コムコムひろば

〒763-0082 香川県丸亀市土器町東2丁目248番地

TEL & FAX **0877-25-0691**

MAIL comcom-hiroba@feel.ocn.ne.jp

(受付時間 月～金曜日 9:30～16:00 ※祝日休み)