



# 先輩ママに聞こう!!



## 先輩ママや産後ドゥーラとお話ししてみませんか? 子育ての悩みや心配ごとをお聞きし、アドバイス!!

- ☆ 産後ドゥーラのおうちでゆっくり食事をしながらお話しできます!
- ☆ 産後ドゥーラオススメのからだに優しいお食事作りも体験できます!
- ☆ 和室だからねんねの赤ちゃんも安心♪
- ☆ マタニティの方も大歓迎♪
- ☆ お世話をされるお母様も最近の育児事情を聞いてみませんか?

- 日時** ◇ 3月17日 (木) 11:00~12:30
- 場所** ◇ 岡山市中区山崎 ( 詳細はお申し込み後にお知らせいたします )
- 対象** ◇ 乳児をお持ちのママ、マタニティの方、そのお母様
- 費用** ◇ 大人おひとり 1,000 円 ( 昼食代含む )

❖ お申し込み・お問い合わせは… [okayama.doula@gmail.com](mailto:okayama.doula@gmail.com) まで

産後ドゥーラは、(社)ドゥーラ協会による認定資格を取得した専門家です。  
産前・産後のママに寄り添いながら家事や育児をお手伝いする心強いサポート!  
詳しくは > (社)ドゥーラ協会の公式HP < をご覧ください。

ドゥーラ協会

検索

[www.doulajapan.com](http://www.doulajapan.com)