



# ドゥーラ × マドレカフェ ～母も赤ちゃんもすこやかに～

Presented by Doula & Madrebbonita

産後ドゥーラ & マドレボニータのコラボサロン、吉祥寺にて初開催です。

赤ちゃんが生まれてから、待った無しではじまる子育て。

妊娠中はあれだけケアしていた自分の体。

生まれてきたら、赤ちゃんのケアに尽くして自分は放置・・・になっていませんか??

産後の時間もより豊かにしていくために、

まずは自分の体のことを知って、健やかに過ごしていきませんか。



## ●第一部● 「産前産後の母親サロン」

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 貫名友理 (かんめいゆり)

<http://yuriiiblog.hatenablog.com/>

NPO 法人マドレボニータ

<https://www.35.madrebbonita.com/>

## ●第二部● 「楽チン抱っこで赤ちゃんと安心コミュニケーション」

(一社) ドゥーラ協会 認定産後ドゥーラ 福井裕香 (ふくいゆか)

<https://doula-fukuiyuka.jimdo.com/>

(一社) ドゥーラ協会

<https://www.doulajapan.com/>



日時：2017年7月19日(水) 10:00～12:00

会場：御殿山コミュニティーセンター 和室

(東京都武蔵野市御殿山1-5-11 吉祥寺駅より徒歩3分)

参加費：1,000円

定員：母子8組

対象：産前産後の女性と赤ちゃん

- ・生後210日まで(2016年12月21日生まれ)の赤ちゃんはご同伴いただけます。
- ・生後210日を超える場合、安心できる大人にお預けになり単身でご参加いただきますようお願いいたします。当日の託児はございません。

お申し込みはこちら→<https://goo.gl/forms/v1eTu7ZChywr4cLD3>

