

快適お産・おっぱいライフ IN MITO

国際助産師の日



「国際助産師の日」は全世界の人々が安全なお産をされ、楽しい子育てができるよう、助産師のケアを一般の人々に知っていただくために制定されました。妊婦さんや子育て中のママさんたちはもちろん、将来赤ちゃんを産んでみたいという方、そしてそのご家族、どなたでもご参加できるイベントです

参加費無料

2018年5月26日(土) 10:00～14:00

会場: 茨城県看護研修センター

主なイベント ☆癒しの会場ハンドマッサージ・なんでも相談 ☆ 赤ちゃんの体重測定、足型 ☆ 骨盤ケア ☆ マタニティ・ヨガ ☆ ベビーマッサージ ☆ 授乳ショー ☆ モーハウス掲示販売 ☆ お菓子の販売 three3 (スリースリー)

主催 茨城県看護協会 茨城県助産師会 モーハウス

問い合わせ : モーハウス 029-851-7373

国際助産師の日

快適お産・おっぱいライフ IN MITO

ハンドマッサージ・なんでも相談

10:00~11:30/12:30~14:00

オイルを使ったハンドマッサージで日頃の疲れをリフレッシュしませんか？助産師がなんでも相談に応じながら行います

授乳ショー 11:30~

現役おっぱい育児中のママの様子をみてみましょう。快適らくらくおっぱい育児のコツを助産師が解説します。

赤ちゃんの体重測定・足型

10:00~11:30/12:30~14:00

赤ちゃんの成長の記念にいかがでしょう。かわいくデコレーションして、記念にお持ち帰りください。

骨盤ケア

①10:00②13:00

各組先着10組

心身ともにリラックスさせる負担のかからない運動です。動きやすい服装でご参加ください。

ベビーマッサージ

①10:00②13:00

各組先着15組

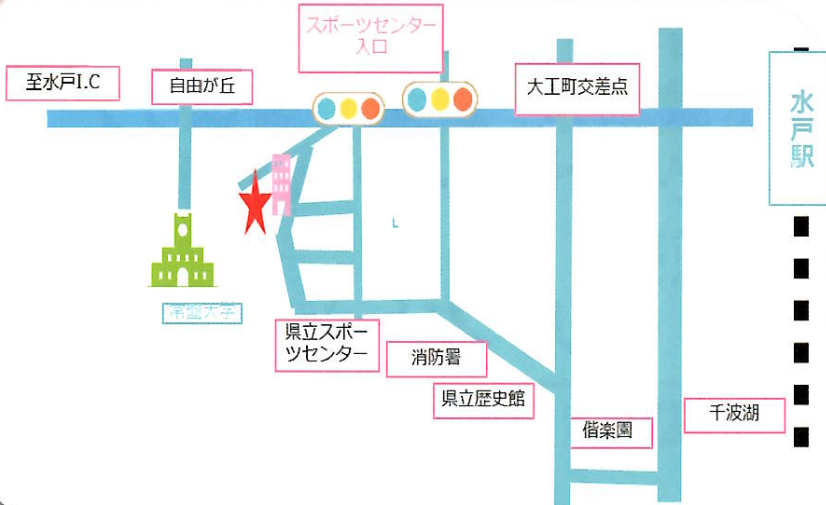
大好きなママやパパに優しくなでられると赤ちゃんは安らぎを得ることができます。また、ママやパパの心と身体を癒す効果もあります。バスタオルをご持参ください

マタニティ・ヨーガ

10:00先着10組

心身ともにリラックスさせる負担のかからない運動を中心とし、骨盤を広げる出産に適した筋肉を養ってくれます。動きやすい服装でご参加ください。

MAP



茨城県看護研修センター
水戸市緑町3丁目5番35号
<http://www.ina.or.jp/>

交通のご案内 バス利用の場合
水戸駅北口バス5番乗り場から新原茨大、自由ヶ丘、赤塚駅方面行バスで約20分、東原1丁目で下車。徒歩3分。
赤塚駅北口バス乗り場から水戸駅方面バスで約20分、東原1丁目で下車。徒歩5分。