

Maternity and Baby Festival

マタニティ & ベビーフェス

入場無料

とき 2024年8月25日(日) 10:00~15:00

ところ ヒロコ 3F イベントスペース、健康ホール (弘前市駅前町)
4F 文化交流館ホール



イベントプログラム

詳細はこちらをご参照ください。

文化交流館ホール (4F)

- 10:00~10:20
 - 10:30~10:50 **ハイハイ競争**
 - 11:00~11:20
 - 11:30~11:50 **ヨチヨチ競争**
- 【対象】 1歳6か月まで
【定員】 各25組 (要予約 無料)

「ベビーマッサージ&肩こり解消ストレッチ」

- 13:00~13:50 [講師] あおもり母乳の会
- 【対象】 4か月~
- 【定員】 10組
- 14:00~14:50
- 【対象】 ~3か月
- 【定員】 10組



健康ホール (3F)

- 10:00~11:00 **出産サポート教室**
落ち着いてお産に集中できるようにパパとママふたりで基本となる筋力と気持ちのコントロールの方法を身につけましょう。
希望の方にはお風呂の入れ方指導もできます。
【講師】 あおもり母乳の会 【定員】 10組 (要予約 無料)
- 「赤ちゃんがぐっすり?!
魔法のおくるみタッチケア♡
~生後0日からできるコミュニケーション~」
エイデンアトアネイのおくるみを使用し、赤ちゃんが安心してくれる方法をお伝えします。
【講師】 佐澤 琴奈(さざわ ことな)氏
【定員】 ① 10:00~10:50 3組 生後3か月未満の赤ちゃんのご家族
② 11:00~11:50 3組 妊婦さんとご家族
(要予約 無料)
- 12:00~14:00
実演講習・試食
「2人で作ろう 簡単ランチ」
【講師】 弘前市食生活改善推進員会
【定員】 10組 (20名) (要予約 無料) 【託児】 10名 (要予約)
イベント来場者に試食提供あります (限定50食)

他にも多数コーナーがあります。(裏面をご覧ください)



申込・問い合わせは 弘前市駅前こどもの広場 ☎ 0172-35-0156 (10:00~18:00)

主催 弘前市民文化交流館 指定管理者

協力 弘前市駅前こどもの広場・弘前市食生活改善推進員会・あおもり母乳の会

参加店舗

※順不同

ハンド メイド

- madeni (こぎん雑貨 ほか)
- sun3 (ラミネートポーチ ほか)

ワーク ショップ

- ひろさきアロマの会 (アロマ ワークショップ&ハンドトリートメント)
- miel citron (ロゼットキーホルダー作り、リボン雑貨 ほか)
- アイシングクッキーポムポム (ソフトクリームのアイシングクッキー作り ほか)
- 刺しゅう&ちよきちよき工房 (色塗りサンキャッチャー、刺しゅうネームプレート5枚セット ほか)
- mammy-mell (ゆめかわフォトスタンド、じゃらんキーホルダー、レトロ雑貨 ほか)
- 910製作所 (ネームプレートキーホルダー、ヘアこもの ほか)
- petite pomme (ベビー足形フラワーアート、りんご帽子 ほか)
- crayonshop fantasia (オリジナルバッグorオリジナルうちわづくり、カスタムクレヨン)
- コトノハ (おくるみタッチケア、ベビーマッサージ、資格相談 ほか)
- イタチtoネコ×いまい写真館 (ブースでのお写真撮影会・データ1枚プレゼント)

フード

- 森永乳業株式会社 (乳幼児商品の試供品無料配付)
- 生活クラブ生活協同組合 (子どもに食べさせたい安心安全な食材と飲み物の販売)
- 北の魔女の家 (玄米マフィン、玄米ケーキサレ、スコーン ほか)
- ユキパン (うさぱん、フォカッチャ ほか)
- 猫の庭 (紅茶、焼菓子 ほか)

ママ サークル

駅前こどもの広場で定期開催している
ママサークルの皆さん

- 親と子の不登校ほっとスペースきみだけ
(ハンドメイド品販売、ワークショップ)

無料 相談

《弘前乳児院》

- 里親制度の説明

《弘前市担当職員》

- 保育園・認定こども園の入園について
(10:00~13:00)
- 産前・産後・離乳食の相談

《児童家庭支援センター太陽》

- 育児相談



講師紹介

佐澤 琴奈(さざわ ことな)氏

1994年岩手県久慈市生まれ。大学生生活の4年間で弘前市で過ごす。

卒業後、仙台市や札幌市で小児科看護師、保健師として従事。

2022年、育休中にベビーマッサージ講師資格を取得。2023年4月に夫の転勤で弘前市へ。

ベビーマッサージ講師としてママの手で赤ちゃんの「心・身体・知能」を育む方法をお伝えしている。出産をきっかけに働き方を見直したい女性へ向け、子連れで学べるベビーマッサージ講師養成講座も開講。

2024年6月、資格もとれる親子教室「コトノハ」をオープンし、土手町のcottoでレッスン。

市内のカフェや支援センターでのイベントも。参加親子から、「妊娠中に学んでよかった」、「子どもがぐっすり寝てくれる」といったお声がある。



あおもり母乳の会

全ての親子の幸せを願い、一人でも多くの方が母乳育児を行える様に支援するため、2007年に設立されました。

医療者だけでなく、教育者、保育者など100名程の会員がいます。出産サポートやベビーマッサージ、フィットネスに加え、学習会も開催して親子との交流を深めています。

弘前市食生活改善推進委員会

「食改さん」と呼ばれ、減塩・野菜たっぷり・乳製品の利用などをテーマに地域で食を通じた健康づくりの活動をしている食のボランティア団体です。県内40市町村、全国では1,301市町村に組織をもって活動しています。生活習慣病の予防に向けておいしく・楽しく・健康に、子どもから高齢者まで、食育と健康づくりを広げるために継続的に活動しています。ぜひ、食育や健康づくりの活動と一緒に参加してみませんか。