

100smile FAMILY NEWS 25号

ハンドレッドスマイル・ファミリーニュース



100smile SALON
助産師と話そう！

早い者勝ち！
定員5組！

他のママは
おんなじ事してる？
お悩み共有して
スッキリできちゃおう！

8/9(金)
9:45~11:45
網島地区
センターにて

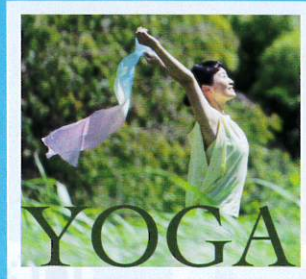
助産師による
ママサロン開催！

9/20(金)
9:45~11:45
菊名地区
センターにて
(予定)

9:45~10:30
0歳児の産後ママへ

ママとベビーとヨガ

講師 / 元田裕子さん



10:45~11:45

ママ同士と助産師と もやもや解消おしゃべり会

講師 / 小島明子助産師

赤ちゃんも
一緒にどうぞ！

抱っこ紐コンシエルの
抱っこ紐講習
講師 / 阿部亜実さん



8/24(土)
9:45~11:45
菊名地区
センターにて

助産師による
パパサロン
開催！

9/28(土)
9:45~11:45
菊名地区
センター
(予定)

8/24 浦瀬巨さんのパパ特別講義

9/28 浦瀬巨さんのパパ特別講義

夫婦の パートナーシップ について

体を使った パパとお子さんの 遊び

助産師による

手遊びふれあい遊び

先輩パパに聞く！悩みスッキリ！

パパのもやもや解消会

講師 / 助産師&浦瀬さん

今お使いの抱っこ紐を
見て欲しい方、
選び方のコツなど
聞いてみませんか？

パパサロンゲスト講師

浦瀬巨さん

1977年生。1児のパパ(中1)。
NPO法人全日本育児普及協会
横浜市父親育児支援講座 認定講師。
2014年にパパサークルP35
(パパさんGO!)を立ち上げる。
横浜市港北区を中心に活動中。

パパだけでも！
ママと一緒に参加でも！
専門家である助産師の
意見が開けて
パパも納得できちゃおう！

8/20(火)
10:00~12:00
ハンカチスタイ
作り

9/17(火)
10:00~12:00
手形足形
アート



ハンカチ
スタイ

手形足形
アート



慣れない子育てを応援！
お申込みはこちら！

●イベント保険付！
●助産師の個別相談付！
(LINE相談2件またはZoom相談20分)

参加会費：¥2,000(1回当たり)

開催場所や持ち物など詳細はお申込みの方にご連絡します



もっと気軽に助産師と話そうよ！100smileは持続的にママをサポート！

MAMAstyle
プレママビギママサロン



お子様連れて
ぜひどうぞ！



プレママ・プレパパから応援！
オンライン両親教室



100smileの助産師が講師で参加しています！

お申込みはQRコードから！途中参加も途中退席もOK！参加費はイベントの参加者の保険料、材料費、助産師や講師の謝金のほか当法人の運営活動費に充当します。感染状況や諸事情により開催内容が変更・中止となる場合があります。

慣れない子育て。ママのおっぱいの状態と赤ちゃんの体重も、出産直後から日々刻々と変化していきます。

病院から退院後、母乳栄養や子育てをいつでも尋ねられるように
沐浴訪問で助産師と繋がるとその後の相談もしやすく安心ですよ！
温情あふれる助産師が、ママにほっこり寄り添います。



YAMAMIDORI 助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉助成事業

横浜市港北区・鶴見区・神奈川区・都筑区・緑区の方に！

1 時間 1,500 円で助産師が 赤ちゃんのおふろお手伝いします

退院してすぐの赤ちゃんの沐浴を助産師がお家へうかがってお手伝いいたします。



お申込みは
お友達登録から！
プレママどうぞ！



問診・沐浴（準備～実施～片付け～スキンケア）・体重測定を行います。一緒に育児相談もできますよ！

お申込み

氏名、住所、電話番号、出産日、訪問希望日をお知らせください。
■LINE：QRコードでお友達登録後こちらから連絡
■電話：045-542-9433（宮崎まで）

お支払い

■¥1,500/60分
訪問時に直接、担当助産師にお支払いください
※沐浴後に母乳ケアを希望の場合¥6,000/60分（駐車代別）

キャンセル

■訪問前日 17 時まで。
17 時以降は ¥800 振込
（手数料はご負担ください）

ハンドレッドスマイルとは？

産前産後は、女性にとって身体もライフスタイルも目まぐるしく変わる節目。ハンドレッドスマイルは、そんなあなたをみんなで守っていく仕組みを作りたいと考えています。

助産師は、あなたの身体や赤ちゃんの心配事を。管理栄養士は、食事や離乳食を。家事サポーターは、家事や育児を。ヨガインストラクターは、身体のメンテナンスを。様々な専門家と一緒にみんなで優しく支えられるように。

病院から家庭の中に戻ってきたとき、赤ちゃんとの生活がもっと豊かに育まれていくように。医療知識を持った助産師を中心にしたメンバーがあなたとあなたの家族や病院との架け橋に

なります。

溢れる情報、選べる生き方、その中でどれを選択しても間違いではありません。悩んで出した答えが正解です。

それでも不安がぬぐえない、細かなもやもや、そんな時はハンドレッドスマイルにご連絡ください。

また助産師を中心としたメンバーと一緒に活動をしていきたい方も随時募集中です。皆のチカラを少しずつシェアして活動を支えあい、社会を変えていく。ぜひお気軽にご連絡ください。

会員募集中！

◎個人で活動しているサポーター！
◎イベント情報や相談したいママ！
よろしければご連絡くださいね！



LINE からが便利です！



出産から産後まで 医療知識をもって サポートします！

●助産師の母乳支援

授乳方法・トラブル・卒乳・断乳など承ります。特に母乳を軌道にのせるには、産後すぐの8日間が大切！産前からお気軽にご相談を！「横浜市の訪問型母子ケア事業」も利用できます。

●つわりの食事は管理栄養士に相談！

●家事サポートも行っています！

100smile FAMILY NEWS 隔月発行

絶賛構築中！

親子と様々な子育てサポーターを繋ぐサイト www.100smile.jp

発行団体 / 特定非営利活動法人 ハンドレッドスマイル

お問合せ contact@100smile.jp

Thank you! 横浜市港北区役所「地域のチカラ応援事業」パートナーシップです！