



Formama Press

vol.2

8月27日(日)に開催される「Formama Festa (フォーママフェスタ)」の情報をお届けします!

ママのためのセミナールームを作っちゃいました!

Formama Talk Room

ーフォーママ・トークルームー

ママ友作りのセミナーに参加してみませんか? 同じ悩みや関心のあるテーマに集うママやパパと一緒にワークショップなどで情報交換ができますよ。さっそく各テーマをチェック!

- 定員: 各回先着20名
- 予約優先 空き次第で当日参加も可能 ※詳しくはHPで。
- 託児あり(定員あり)

参加無料 参加者募集中

1 時短家事のスペシャリストが教える私の時間の作り方

ワタシらしい暮らし方を見つけるグループワーク

あなたは24時間をどうコーディネートしますか? グループワークを通してモヤッとした頭の中をスッキリ整理しましょう。

- 時間: 14:00~15:00
- 講師: 時短家事コーディネーター シアワセ空間計画室 柴田祥子



内容を少しご紹介

- 1 自己紹介
- 2 大事にしているコト・モノ・ヒトを書き出す・意見共有
- 3 コト・モノ・ヒトの時間を作るための時短家事アイデア・ヒント出し・共有
- 4 今後の暮らしに取り入れること、心がけること等の決定・発表

自分の想いを言葉にして、整理・解決に繋げる!



2 女性と子どもの笑顔と健康を応援

ママたちが駆け込む助産院 女性の楽な体づくり教室

ちゃんと寝たのに疲れが取れない... 首や肩こり、腰痛にお悩みではありませんか? 子育てしているとママの体のケアは後回しになりがちですね。整体が得意な助産師が簡単な体操を伝授しながらママの体を楽にする方法をお伝えします。*ご夫婦でも参加できます。

- 時間: 10:30~11:20
 - 持ち物: 薄手のフェイスタオル2本
 - 講師: 助産院大地 院長 山口香苗
- 静岡県立大学看護学部看護学科卒業後、様々な病院勤務を経て助産院大地を開院、看護師、助産師、保健師の資格を持つ



3 女性のがんのセルフヘルプグループ認定NPO法人

ママのためのがんセミナー ~女性のがんになるということ~

がんは誰にでも訪れる可能性がある病気ですが、患った時のことを想像するのは難しいものです。オレンジティは女性のがんの体験者、支援者、家族のためのサポートグループとして女性のためのがん情報、検診の大切さをお伝えします。

- 時間: 11:30~12:20
- 講師: 認定NPO法人 オレンジティ



4 キャンプのことなら自然と寄り添う暮らしを楽しむ達人から学べ!

子連れキャンプを 楽しみたいママ・パパ

『子連れキャンプをしてみたい』『子連れで一緒に行けるキャンプ仲間が欲しい』キャンプ初心者でも楽しくキャンプに参加できる情報を子連れキャンプ歴10年のRimiさんを交えて情報交換しましょう。

- 時間: 13:00~13:50
- ファシリテーター: ハーブ教室Rimi主宰

子どもたちにも自然体験をさせたいと、長男が3歳の時に子連れキャンプデビュー。年5、6回家族でキャンプに出かけ、夏休みの1週間は山でテント暮らしをしています。

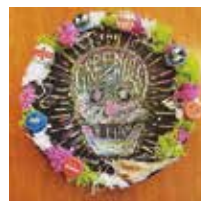


ウォールグリーンアート インテリアワークショップ

予約受付中

- 第1回 11:00~/ 第2回 13:00~/ 第3回 14:00~/
- 定員 各回先着10名

フォーママフェスタでは浜松初のウォールグリーンアートノワークショップを開催します。自分だけのウォールグリーンアートが作れるキットを使って、植物をボードにペタペタ貼り、オリジナルのウォールグリーンアートを作ります。フォーママフェスタだけの特別価格! この機会にぜひ参加してみてください。



作り方はカンタン!

イベント限定 お得プライス!

参加費

通常 3,700円 → 2,160円 (税込・キット代含む)

*ワークショップに参加していただくとUGMから被災地や発展途上国で暮らす子どもたちへ1セットの勉強道具が送られます。



全てのお申し込みは、フォーママフェスタホームページのお申し込みフォームから

Formama Festa 2017 8.27.sun 10:00-16:00

アクトシティ浜松 展示イベントホール第1・第2 展示場

入場無料

託児無料

後援: 浜松市/浜松市教育委員会/浜松商工会議所/浜松まちなかにぎわい協議会/静岡新聞/静岡放送 他
 協賛: 浜松ヤナセ/ホンダカーズ浜松/ヤマハモーターアシスト/七田チャイルドアカデミー/TOEZベビーパーク/KidsDuo/
 アキュラホーム/福工房/星野リゾート/積水ハウス/池田屋カバン店/おうちこーぷ/ソニー生命/パソナ/学研教室/庭あそ/
 遠鉄ホーム/はるの産業まつり実行委員会/クレディセゾン/アムス工房 他出展企業多数 ※順不同
 フォーママフェスタ実行委員会(ママジョブネット、(株)SBSコミュニケーションズ) ママジョブネット代表: 有澤瑞穂(090-4448-2417)
 HP▶http://formama.biz blog▶http://mamajobnet.hamazo.tv/ E-mail▶womamafesta@yahoo.co.jp

最新情報は随時HPにて更新中!

フォーママフェスタ

検索

