

笑顔のママフェスタ2

昨年好評につき第2弾！

未来をみつける交流会

子育て経験を生かした地域活動や女性のためのソーシャルビジネスなどを実践している人、これから何かしたい人はぜひ参加を。未来に向かって笑顔で交流しましょう！

11月25日（月） 逗子文化プラザさざなみホール

第1部 10:00～12:00 講演 産後ケアをビジネスに！

第2部 12:00～13:00 地域活動・ソーシャルビジネス

実践したい&してます交流会

第1部 講師 吉岡マコさん NPO 法人マドレボニータ代表理事

託児有
先着5名

※託児は第1部のみです。



自らの出産経験から「産後はダイエットではなくリハビリ・セルフケアが必要。家族の幸せは母の心身の健康から！」と、産前産後に特化したヘルスケアプログラムを開発し、事業へと結びつけた講師がソーシャルビジネスの要となるポイントを語ります。産後ケアミニ体験あり！

参加・出展
ともに無料！

子連れ参加
OK！



第2部 交流会

子育てをキーワードにした地域活動や女性の視点を生かした個人事業などが出展、PRします！「私も出展したい」という方を募集中です！

- 対象：子育てしながら地域活動やソーシャルビジネスを行っている人、これからしたい人など60人程度
- 申し込み・問い合わせ：11月1日（金）から電話、ファックス、電子メールでまたは直接生活安全課、社会教育課へ

TEL：046-873-1111 FAX：046-872-3115 Email：syakaikyouiku@city.zushi.kanagawa.jp

※電話受付時間 平日8時30分～17時15分

※ファックス、電子メールでお申し込みの場合は、講座名、住所、連絡先を記載してください。

3日以内に返信がない場合はお問い合わせください。

※手話通訳、要約筆記、託児（先着5名第1部のみ）を希望する人は11月18日（月）までにお申し込みください。

※第2部は保育はありません。お子さん連れでご参加ください。会場に軽食や飲み物を持参可能です。

※PRスペースをご希望の団体、個人は専用のPRスペース申込み用紙で11月18日（月）までにお申し込みください。PRスペース申込み用紙は生活安全課、社会教育課窓口、小坪公民館、沼間公民館、市民交流センターにご用意しています。逗子市ホームページからも入手できます。

○講師プロフィール

吉岡 マコさん (NPO 法人 マドレボニータ 代表理事)

1972年12月27日生まれ。

1996年東京大学文学部美学芸術学卒業、その後同大学院生命環境科学科(身体運動科学)で運動生理学を学ぶ。

1998年3月に出産し、産後の心身の辛さを体験。

しかし日本には産後女性の健康をサポートする仕組みが全くないことを知り、同年9月に「産後のボディケア&フィットネス教室」を立ち上げる。

以来、産前・産後に特化したヘルスケアプログラムの開発、研究・普及に努める。

2007年11月にNPO法人マドレボニータを設立。自らも吉祥寺で教室を開催しながら、産後セルフケアインストラクターの養成・認定や、『産後白書』『マドレジャーナル』の発行など調査研究や社会への啓蒙活動にも注力。

また企業、行政、大学との協働を進めるなど、団体として活動の場を広げる。

現場で研究・改良を重ねたプログラムは多くの産後女性の支持を受け、

2013年11月現在、全国で24人のマドレボニータ認定産後セルフケアインストラクターが活動中。

逗子文化プラザさざなみホール



住所: 逗子市逗子 4-2-11

京浜急行「新逗子」駅より徒歩2分 / JR

「逗子」駅より徒歩5分

駐車場は有料です。なるべく公共の交通機関をお使いください。

昨年の参加者の声

- 自分と同じように子育てしながら地域の中で仕事をがんばろうとする人のパワーを感じられました。
- 女性がイキイキしている姿に勇気をもらいました。
- 今は専業主婦ですが、これから働きたい、あれこれやりたいことがいろいろ。どう進めていこうか考えていたので背中を押されました。



FAX 参加申込書 ※講座についてご連絡をする場合がありますのでご記入にご協力ください。

名前: 住所:

TEL: FAX:

※手話通訳申込/要約筆記申込はこちらに○を付けてください⇒ 手話通訳 ・ 要約筆記

※託児(先着5名、第一部のみ)をご希望の方は、下記もご記入ください。

お子さんの名前(ふりがな)	性別	月齢・年齢
	男 ・ 女	才 力月
	男 ・ 女	才 力月

FAX 送付先 046-872-3115

※Emailの場合はお名前、住所、ご連絡先をご送付ください。

Email: syakaikyoku@city.zushi.kanagawa.jp

QRコードを読み取って、今すぐ簡単申し込み! ⇒

