



《保護者講座》

ママの‘身体とこころ’の コンディションについて考えてみましょう！

= 開催概要 =

■開催日時：令和5年10月21日（土曜日）午前10時～11時頃

■開催場所：まこといしかわ保育園（2階）多目的ホール



■講師：笹下 優姫 先生（表参道 femcare 助産院／助産師・フェムケアニスト）
若井万友美 先生（キッズプランナー代表／ベビーマッサージセラピスト）

■講演概要：「子育ての現場で求められる女性特有の知識とケア」（仮題）

○女性特有の身体の仕組みと日常的なケアの大切さ

- ・産前・産後ケアの知識と実践
- ・子育て現場（育児&保育）におけるからだの不調と改善

○フェムケアの視点からのエクササイズについて

- ・身体の柔軟性とバランスを日常生活でケア
- ・子どもとの愛着形成も含めたスキンシップふれあい遊び



《ご準備について》

- ・身体を動かしやすいラフな服装でご参加ください。



講師プロフィール

若井 万友美（わかい・まゆみ）通称：RAMU

キッズプランナー代表 保育士・ベビーマッサージセラピスト
ふれあい遊びアドバイザー・おもちゃインストラクター。
保育研修会や園イベント、子どもと保護者向けの催事等に出演。
保育雑誌への掲載、ふれあい遊びの音楽 CD 制作など活動中。



笹下 優姫（ささした・ゆき）

表参道 femcare 助産院院長 助産師・フェムケアニスト
胎児期の環境を整えることも含めた、女性が抱える問題、妊娠、
出産、産後、バーストラウマと向合う治療家助産師として活動中。

