

産前産後サポート @ふるるファーム

みずなぎコース・きりかぶコース

ふるるファームのコテージで
のんびりとすごす産前産後サポート事業です。
自分のペースで心と体を休ませながら
お母さん同士・赤ちゃん同士のゆるやかな交流を
助産師や子育てひろばのスタッフがサポートします。



みずなぎコース（水曜）

開催日

毎月1回 水曜日 ※詳細は裏面参照
10:00～15:00

利用料・食事代

1,400円
・大浦減塩軽食600円（要予約）

※地元の女性会のみなさんが育てた野菜たっぷり、愛情たっぷりの減塩食です。旬の野菜やサラダの彩りもお楽しみに♪

きりかぶコース（木曜）

開催日

毎月1回 木曜日 ※詳細は裏面参照
10:00～15:00

利用料・食事代

1,400円
・ワンプレートランチ1,100円（要予約）

※ふるるファームのレストランで、ワンプレートランチ（ご飯・みそ汁付）を召し上がってください。

持ち物（共通）

母子手帳・タオル・バスタオル
子の着替え・おむつ・ミルク・離乳食等
母の水分・着替え（入浴する方）

※シャンプーやボディソープはあります。My枕や、アイマスク等を持参して休息してもOK

詳しくは...裏面参照

開催日や申込方法は、
裏面をチェック！

お問い合わせは、特定非営利活動法人ひとまわり
（子育てひろばひまわり）へ

hitomawarihimawari@gmail.com

0773-77-5355

※ひろば閉室時には、担当者に転送されます。