

□ 整体的子育て講座

新シリーズ

◆ 講師：山上亮

赤ちゃんから子ども連れ親子で参加できます。

年4回開催。(3月、6月、9月、12月)

◇ 3月11日(土)

◇ 10:00～11:30 (90分)

◇ 5000円 (夫婦での参加は+2000円)

◇ 定員10組 (最少催行人数4組より)



おすすめ本

『整体的子育て』山上亮著
クレヨンハウス

山上亮 整体ボディワーカー。野口整体とシュタイナー教育の観点から人が元気に暮らしていける「身体技法」と「生活様式」を研究。整体指導、子育て講座、ボディワークなど幅広く活躍中。2児の父。

もっと仲良く幸せに！

□ パートナーシップ向上講座

◆ 講師：高橋ライチ

子育て中は、夫婦の絆も育てとき！

◇ 2月14日(火)・25日(土)

どちらも同じ内容です。

◇ 10:00～12:00 (120分)

◇ 5000円

◇ 定員10名 (最少催行人数4名より)



高橋ライチ コミュニケーション・カウンセラー

「女性が自分らしく生きること」をサポート。2度の離婚を経て、現在は3人目の夫とSTEPファミリーで暮らす。2児の母。自らの経験をきっかけにパートナーシップについて研究し、学び、よりよいパートナーシップをはぐくむ知恵を伝授するゼミや個人カウンセリングを行なっている。タンジェリン・ラボ代表

へその緒の会とは…

「へその緒の会」は
妊娠中に「おなかの赤ちゃんによいこと」(胎教)をしたい人のための会です。
妊娠中から赤ちゃんを心を通い合わせることで、生命力と対話力のある子どもに育ちます。
赤ちゃんがほしい人(妊活中の人)もどうぞ。
出産後の育児のコツもお伝えしています。

講師プロフィール

浅井あきよ 東江幼稚園園長を経て2011年よりNPO法人「へその緒の会」代表。4児の妊娠・出産の体験から、幼児以前の乳児期、胎児期の大切さに目覚め、1987年より幼稚園において妊娠中のママたちの教室を開く。野口整体、座禅、漢方の伝統的な胎教、シュタイナー教育などの影響を受けて、妊娠中のママのためのイメージワークを生み出した。教えるというよりは体験し自ら気づくイメージワークを中心としたレッスンを行っている。
著書「おなかの中からの子育て」・WAVE出版

山内ちえこ 対話師。池川クリニックにておなかの中の赤ちゃんとも母親のヒーリングセッションを実践。おなかの赤ちゃんとの対話ワークを中心として、自身のセッションルーム、助産院などで、おなかの中からの子育て、愛でつながる親子の絆づくりを提唱しワークやレッスンを行っている。横浜市在住 1男・1女の母。
著書「おなかの赤ちゃんと話そう」・WAVE出版

なかざわさちこ 2007年より「誕生学®アドバイザー」として活動。未就学児から小・中・高校生・ママたちと各世代にいのちの話を届ける。赤ちゃんやママと共に足立区の中学校にふれあい授業を届ける活動「いのちの根っこ」主催。子育て&誕生学&フルタイムワーカーの日々。熊本県出身 足立区在住 2男・1女の母。

お申し込みはホームページ または FAX、メールからどうぞ。

へその緒の会 検索



http://heso-no-o.jp/
baby@heso-no-o.jp

NPO 法人 **へその緒の会** 東京都葛飾区東金町 2-25-12 (虹のへや) FAX03-3607-0016



NPO 法人「へその緒の会」会報 第16号 2016年12月1日発行 題字・絵 / とださちえ

2017年1月～4月

これからママになる方へ



おなかの赤ちゃんともっと

もっと

仲良くなれる方法があるんです。

未来の赤ちゃんのために、
今からできることもありますよ。

子育て中のママ向け情報も！

自分を信頼できる子どもに育つ

■おなかの中からの子育てレッスン

◇グループレッスンコース

◆講師：浅井あきよ・山内ちえこ ◇定員8名

〈グループレッスン・予定〉

- ①赤ちゃんとの絆をつくるイメージワーク / 浅井
- ②おなかの赤ちゃんとの対話ってどうするの？ / 山内
- ③お日さまのパワーを届ける太陽のイメージワーク / 浅井
- ④赤ちゃんと呼気を合わせてやりとりしよう / 山内
- ⑤つぼみのイメージワーク / 浅井
産後のためにできること / ゲスト講師・長崎希妃子
- ⑥声とリズムのハーモニーで赤ちゃんとの絆を深めよう / 山内
- ⑦お産の日に役立つイメージワーク / 浅井
- ⑧安心感がわく対話のコツ / 山内

◇毎月2回(火曜日)

◇13:00~14:15(75分)

- ① 1月17日 ② 1月31日 ③ 2月7日 ④ 2月21日
- ⑤ 3月7日 ⑥ 3月21日 ⑦ 4月4日 ⑧ 4月18日

◇月謝 10000円(一括払い1割引) / お試し 5500円

※コースをまたいでの受講も可、ホームページ参照。
不明の場合お問い合わせください。

※個別レッスン 講師：浅井あきよ
日時はあなたのご希望にあわせて決めます。

参加者の声

『二人目の妊娠で参加。目の前の子どもに気をとられて、おなかの赤ちゃんにまでなかなか、...。このレッスンに参加して、赤ちゃんとしてしっかり関わったという実感がありました。家にいるときでも、赤ちゃんに気持ちを向けるコツを知って楽に実行しています。何も分からず不安いっぱいだった一人目の時こそ出たかった。』



『お産や産後に不安がいろいろありました。参加して、小さな一つ一つが解決していきました。』

『はじめイメージワークってなんだろう?と思いましたが、やってみると、とても気持ちよく、おなかの赤ちゃんまで喜んでる感じがしました。』

■赤ちゃんとの対話レッスン

◇グループレッスンコース◆講師：山内ちえこ



〈グループレッスン・予定〉

- ①生まれてからの対話ってどうするの？
- ②安心のリズムでやりとりしよう
- ③からだところを育む対話1・歌や言葉でやりとりしよう
- ④からだところを育む対話2・からだのあそびでやりとりしよう

◇毎月火曜日

◇①1月31日 ②2月21日 ③3月21日 ④4月18日

◇11:15~12:15(60分)

◇月謝 4000円(4回一括14400円) / お試し 4400円

※コースをまたいでの受講も可、ホームページ参照。

参加者の声

『保育士だったので赤ちゃんは得意分野と思っていたのですが、いざ自分の赤ちゃんとなると戸惑うことばかりでした。山内先生のレッスンは学校では習わない深い内容ですが、すぐ実践でき、回を重ねるごとに赤ちゃんと同じあえてほんとうに楽しいです。』

『赤ちゃんって、こんなにいろんなことを伝えようとしているのだと、このレッスンに出てわかるようになりました。知らないでこの時期を過ごしてしまうのは、もったいない。』



□未来のママのレッスン(全4回)

◆講師：浅井あきよ・山内ちえこ

妊娠したら【おなかの中からの子育てレッスン】に参加したい。でもまだおなかに赤ちゃんが来ていない、という方へ

妊娠前から参加できるのが【未来のママのレッスン】です。

『胎教』という本を書いた漢方の伊藤真恵先生は『胎教の第一歩は、赤ちゃんを願うところから』と言っています。

いつ赤ちゃんが来ても慌てない、素晴らしい赤ちゃんを授かる事につながります。冬はグループレッスンはお休みで、春からスタート。個別レッスンはお問い合わせください。

スケジュールなどは、ホームページをご覧ください。

▽4月以降開催予定の講座

詳細は次号の通信、またはホームページにて。

- 母と娘の月経教室(4年生以上初潮前の母と子)
- 男の子からだ教室(幼児から中学1年の男の子の母)
- ◆講師：なかざわ さちこ / 誕生学アドバイザー

- 更年期・閉経はこわくない(ママのための月経教室)

◆講師：浅井あきよ



レッスンのお申し込み、詳細はホームページ

へその緒の会

検索



※講座の会場はすべて虹のへや(葛飾区東金町2-25-12)になります。

※■のコースプログラム受講には、入会が必要です。入会金5000円。コース途中からの参加もご相談ください。 ※各講座とも最少催行人数があります。詳細はHPの各講座ページをご覧ください。