

助産師とおうちで学ぼう

子育て世代のヘルスリテラシー

「妊娠・出産・育児、 そして自分のからだのこと」

マタニティクラスに参加できず不安を感じている産前産後の女性向け。
宮城県の助産師有志のチーム M-MOT (えむもっと) によるオンライン講座！

※対象 東北にお住まいもしくは、東北で出産予定の
妊婦さんと産後の方

みやぎ助産師オンラインチーム M-MOT (えむもっと)
ホームページからお申し込みください。(先着順受付)→

東北の妊産婦さん向け
Zoomを用いた無料の
オンラインクラス



9月26日(日)

20名

10:00~11:30 (90分)

産後にそなえる 母親教室

知っておきたい！
産後の生活のこと



10月10日(日)

20名

10:00~11:30 (90分)

沐浴クラス

赤ちゃんのスキンケア
沐浴動画と解説



10月23日(土)

20名

10:00~11:30 (90分)

お産にそなえる 母親教室

おなかでの赤ちゃんの様子や
お産の進み方など



11月7日(日)

20名

10:00~11:00 (60分)

母乳育児の基本と 起こりやすいトラブル

母乳で育てたいママ向け講座
(女性のみ対象)



11月21日(日)

20名

10:00~11:30 (90分)

産後にそなえる 母親教室

知っておきたい！
産後の生活のこと



じょさんしフェスタinみやぎ関連企画

11月24日(水)

20名

10:30~11:30 (60分)

産後ママクラス

産後のあれやこれや、助産師と
一緒におしゃべりします
(女性のみ対象)



12月5日(日)

20名

10:00~11:30 (90分)

沐浴クラス

赤ちゃんのスキンケア
沐浴動画と解説



M-MOTのヘルスリテラシー講座 Vol.3

80名

12月14日(火)

10:30~11:30 (60分)

サーリークристиーナ美怜さんによる 子育てママのための オンラインヨガ



12月19日(日)

20名

10:00~11:30 (90分)

お産にそなえる 母親教室

おなかでの赤ちゃんの様子や
お産の進み方など



メンバー全員が市町村主催の母親、両親教室を担当している助産師です！

みやぎ助産師オンラインチーム
M-MOT
Miyagi Midwife Online Team

m-mot1103.com
いいお産

M-MOT1103



代表

根本靖子



武者文子



藤田愛



佐藤由美子



井本優子

主催 みやぎ助産師オンラインチーム M-MOT
お問い合わせ m.josanshi.online@gmail.com

共催 国際協力 NGO ジョイセフ

supported by UNDER ARMOUR | アンダーアーマー

女性、産科でできる世界を。
JOICFP

