

(注意) A4サイズ・横書き

<活動の様子>



事業名 母親向け啓発媒体交付事業

<目的>

私たちママふわLIFEは活動を通して母親たちの心のリフレッシュや交流できる場を提供しています。わたしノートを使った講座ではコミュニケーション力の向上、母親が自分を見つめて気持ちを整理し、自己を成長させる機会を提供しました。

<事業内容>

団体の活動を盛り込んだオリジナルノート 1000部とチラシを作成、配布。

今の自分の気持ちを自分で整理するための講座で使えるものとし、講座ではノートを使った自分のメンタルケアができるレッスンを開催。

<市民の参画や他団体との連携>

ノートの中に子育て中のママの心が軽くなるコラムの執筆を助産師や産後指導士、セラピストや他のnpo団体さんなどにご協力いただきました。ストレスチェック表に関してはもりさわメンタルクリニック院長による監修を受けました。松山市こども総合相談センターさんともミーティング。子育てに関する悩み相談ダイアルの紹介ページを設けました。

<市民に対するPR>

ママふわLIFEは子育て真っ最中のママ4人で活動しています。今後も愛媛で子育てするママの心が軽くなるようなイベントや講座を心に寄り添って開催していきたいと思っています。