



高齢出産ママ集まれ!

第5回 エイジングママの会 ～心を整えるコミュニティ～

⑨エイジングママ®とは、高齢で出産し自分らしく生きるステキなママのことです。「高齢出産」という言葉に違和感を持ち作った造語です。

日時：2025年3月16日（日）10時～11時半

場所：小田南生涯学習プラザ2F 大会議室1

対象：0歳から未就学児のお子さんを持つ35歳以上で出産されたママ
(託児はありませんがお子様連れ可)

持ち物：特にありません

参加費：500円

01



お話し会

ご自身のキャリア、更年期、子どものこと、パートナーや親のことなど、エイジングママ®ならではの悩みがあると思います。他のエイジングママ®と気軽にお話しして交流を楽しみませんか？

02

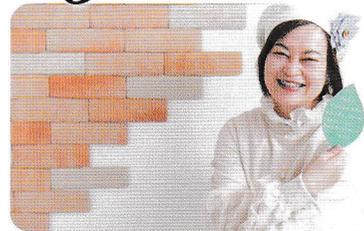


塩麹

～手軽に始められる健康づくり～

塩麹を取り入れると、腸が整って消化が良くなり、免疫力UP!美肌やアレルギー緩和など期待できます。腸が元気だと心も元気!発酵の力で楽しく健康になりましょう。

03



お手紙ワークショップ

お手紙ワークショップは、卒園・入園・入学の今この時の子どもへの想いをカードに書くワークショップです。親から子への手紙は未来に残る親子の大切な宝物になるはず。

事前申込受付開始：3月5日10時から

定員：10名

主催：familyse (ファミリーゼ)

お問合せ：info@familyse.com

共催：尼崎市小田地域課

お申込みはこちらから↓



主催者Instagramはこちらから↓

