



## 令和6年度市民提案型事業補助金 活動内容紹介（HP公開用）

団 体 名	ととのうラボAshiya	
事 業 名	産前産後のママのためのつながるカフェ	
実施場所 ※右記の該当に☑ を入れてください	□市民センター □ルネサンスクラシックス芦屋ルナ・ホール □集会所 □公園（                  公園） □その他施設（リードあしや、ベルポットあしや、うちぶん（打出教育文化センター） □その他※会場を使用した活動ではない等	
実施期間	<b>【準備期間】</b> 令和6年4月～6月 <b>【実 施 日】</b> 令和6年9月24日、10月29日、11月19日、令和7年1月23日、2月14日、3月7日	
事業の目的	産前産後のママが地域とつながる場所をつくる。活動への参加者を「ととのうサポーター」として育成する。	
事業実施 の 内 容 (活動実績)	令和6年9月24日「”わたし”と色あそび」 10月29日「ぐっすり眠れる睡眠ワークショップ」 11月19日「スマホでも撮れる！子どもとの暮らしの残し方」 令和7年1月23日「ママとベビーのリラックスタイム」 2月14日「自分らしさを大切にするワーク」 3月7日「ととのうサポータータイム」	
・ 応募して 良かった点 ・ 事業実施に 当たり 工 夫した点 反省点など	・ 前年度までの「産前産後ママのためののんびりランチパーティー」から継続して活動することができた。 ・ 新しい活動場所に挑戦できた。 ・ インスタグラムを中心に認知活動をしているが、まだまだ不足感がある。たくさんのママと出会えるように知ってもらう活動が必要。	
	①（ベルポットあしや様にてリラックスした表情の参加者）	②（子どもたちもリラックス）
		

活動時の写真  
(4枚以内)

※ ( ) 内に写真  
の説明を記入して  
ください

③ (うちぶん (打出教育文化セン  
ター) の和室は親子でリラックス  
できました)



④ (年度末、ととのうサポーター  
の皆様と！世代を超えたつながり  
が生まれています。)

