

令和5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	産前産後ママのためのととのうサポート
事 業 名	ママのためののんびりランチパーティー
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（住岡母乳と育児相談所、リードあしや） ☐ その他※会場を使用した活動ではない等
実施期間	【準備期間】 令和5年9月～12月 【実施日】 令和5年11月29日、 令和6年1月18日、2月5日、3月14日
事業の目的	産前産後の母親が妊娠期からでも立ち寄り、地域の先輩ママと交流できる場所づくり。温かい食事をともに囲むことで、地域の話や子育てでの困りごとなどを共有し、解決策や打開策も共有する。
事業実施の内容 (活動実績)	住岡母乳と育児相談所、リードあしやオープンスペースにて主食、副菜、汁物のランチを提供。食事前にはミニセミナーを実施。参加者の自己紹介と日頃の悩みを共有しながらコミュニケーションを図った。 ○令和5年11月29日（水）10:40～13:30 参加者20名（産後母親10名、子ども10名） トークテーマ「お料理はかどるキッチンまわりの整理収納術&疲れにくくて痩せやすくなる身体のかいかた」 ○令和6年1月18日（木）11:00～15:00 参加者7名（大人4名、子ども3名） トークテーマ「産前産後の心と身体がととのう話」 ○令和6年2月5日（月）11:00～15:00 参加者13名（大人7名、子ども6名） トークテーマ「産前産後にあったらうれしいこと」 ○令和6年3月14日（木）11:00～15:00 参加者13名（大人7名、子ども6名） トークテーマ「離乳食にもなるおばんざいづくりのヒント」 ・ 広報あしや、SNS で告知し、市内在住の母親に認知し足を運んでもらうことができた。 ・ 子どもたちの成長に合わせて環境整備をし、自由に遊んでいるところを見守りながらランチができるようにした。 ・ 各回終了後にアンケートを実施。次回の希望のメニューや内容の改良点を伺い、活動に反映した。
・ 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	・ 資金面で安心して挑戦することができた。 ・ 市にある資源を使って市民活動が始められた。リードあしやで相談しながら事業を進めていくことができた。 ・ ランチの提供時など、スタッフ不足の場面があった。見守るスタッフがいるとなおいい。 ・ 今より多くの産前産後の母親に出会っていくことがこれからの課題。さらに多くの方へ活動を届けていくため、活動内容を紹介する動画を作成し各種 SNS にて発信した。

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

① (2023年11月29日住岡母乳
と育児相談所にてトーク&ランチ
パーティーを実施)



② (2024年1月18日リードあしや
オープンスペースにてトーク&ラ
ンチパーティーを実施)



③ (2024年2月5日リードあしや
オープンスペースにてトーク&ラ
ンチパーティー実施)



④ (2024年3月14日リードあしや
オープンスペースにてトーク&ラ
ンチパーティー実施)

