

# 子育て支援グループ 「マミーズ・フレンズ」

子育て支援グループ「マミーズ・フレンズ」は地域における子育て支援の充実を図り、子育てしやすい環境づくりを進めていくことを目的に函館市子育てアドバイザー・子育てに関心のある市民により平成22年に構成されたグループです。

(設立 2010年2月1日)

## ♡ これまでの活動

2010～2020 「ママのためのリフレッシュ講座」～ 産後のママの心身の健康のため、毎月1回、「マミーズ・フレンズ」スタッフの託児付きの産後ケア体操講座を総合保健センターにて開催（産後2か月～4か月末までの母子対象）

## ♡ その他の開催講座

「母乳育児ミニ講座」 「卒乳・断乳ミニ講座」 「子育てママの防災教室」  
「家庭訪問型子育て支援ホームスタート講演会」 万代町「ひよっこ寺子屋」参加  
子育て応援講座「産後の体と心の変化について」 「色の力で子育てを楽しく」等

♡ 2021～コロナ禍の中、講座はお休み  
子育て相談・ママのつぶやき・電話・メール受付開始  
TEL 090-3890-5875  
E-mail: [m.home.k3@ezweb.ne.jp](mailto:m.home.k3@ezweb.ne.jp)  
マミーズ・フレンズ 代表 風間 美智子



♡ 2023/11/28 クリスマスおはなし会

- ♡ 2022～ 女性つながりサポート事業参加 年4回 Gスクエア
- ♡ 2023～ 書店おはなし会
- ♡ 2024～ 書店おはなし会 毎月1回 函館市内昭和文教堂にて開催

子育て・読み聞かせに関心のある方は  
代表 風間 美智子までお知らせを！  
TEL 090-6699-9236 まで