

すべてのママと、お子様のために…

育児の不安や悩みは、一人一人ちがいます。

「母乳育児相談所なるさか」は、あなたが子育てに迷った時、その悩みによりそい、どうすればもっと良くなるかを共に考えていく場所です。

母乳や産後のケアだけでなく、お子様とどう向き合えばよいか分からず、自分の抱えるストレスを解消したいなどなど、さまざまご相談に応じています。きっと、あなたにあった方法が見つかるはず。わたしたちは皆様の子育てを応援します。

なるさかのケア・相談

母乳・育児相談／乳房ケア

母乳分泌、授乳、乳頭トラブルに関するご相談。卒乳、断乳、離乳食に関するご相談。育児や産前産後の生活や身体に関するご相談。母乳育児へのさまざまな悩みや不安をサポートします。

アロマトリートメント

妊娠、出産、育児への不安、更年期障害など、体調の変化にもできるだけリラックスして過ごしていただけたための、さまざまなコースを用意しました。

思春期～更年期など各種相談・講習会

思春期をむかえるお子様への性教育をはじめ、小さなお子様を対象とした性についての講習会も行っています。また、更年期の問題などもご相談いただけます。

完全予約制となっています。また、料金・内容などについても事前にお電話でお問い合わせ下さい。

なるさかのお教室

育児がもっと楽しくなりますように… 誰でも気軽に参加できる教室を定期開催しています

●赤ちゃんといっしょに楽しく遊ぼう おやこすくすく体操

はじめての赤ちゃんで、どのように接してよいか分からず、子どもの好奇心を伸ばしたい。身体的な発達をサポートしたい。お子様の成長に合わせて、楽しく体操しましょう。



●みんなでワイワイあしゃべりしよう 育児サークル＆セミナー



育児に必要な情報提供などをしています。お互いに育児上の気になる話や情報交換をしませんか。またお子様同士の仲間作りのきっかけになればと思います。親子で一緒に楽しみましょう。



●安心できる食品と洗剤を ベルセレージュ体験会

アレルギーやアトピーなど、不調を抱えて困っている。日用品や食品の表示の見方、危険な添加物等の基本的な知識を得たい。人や環境にやさしい洗剤や食品を探している方にピッタリの体験会です。実験や試食など、楽しみながら学んでみませんか。

●赤ちゃんとお手てでおしゃべり ベビーサイン

簡単な手話やジェスチャーで、赤ちゃんとコミュニケーションがとれる楽しい育児法。まだお話のできない赤ちゃんと、ベビーサインで通じ合えた感動は一生の宝物になるはず。お手ての会話を親子の絆を深めましょう。

babysigns.



講師 山本みき

一般社団法人
日本ベビーサイン協会
認定リーダー講師
マタニティベビーサイン講師

※「ベビーサイン」「Baby Signs」は日本ベビーサイン協会および米国Baby Signs Inc.の登録商標です。

●自分自身と仲良くなろう ヨガ



何となく身体が不調。ストレスを解消したい。産後もスタイルをキープしたい。たまにはお子様と離れてリフレッシュしたい。あなたのための特別な時間は、家族みんなの幸せにつながります。

講師 能丸香織

山本ヨガ研究所講師
スワミ・ヴィヴェカナンダ
ヨガ研究財団認定
ヨガインストラクター
日本ヨガ療法学会認定
ヨガ療法士

各種教室のご案内

●おやこすくすく体操（予約制 先着順）

【開催日時】毎月第2水曜日 10時半～11時半

【対象】生後2ヶ月～1歳頃のお子様と保護者様

【持ち物】母子手帳・お子様のお着替え一式・オムツ数枚
バスタオル1枚（体操の際に敷きます）・お茶など

【参加料】2000円／回

●育児サークル&セミナー（予約不要）

【開催日時】毎月第4水曜日 10時半～14時

※祝日・年末等は変更する場合があります

【参加料】500円／回（初めて当所をご利用の方のみ
サークル登録料500円が必要）

●ベルセレージュ体験会（予約制 前日まで）

【開催日時】毎月1回（不定期開催）10時半～14時

【参加料】500円／回

●ベビーサイン（予約制 先着順）

【開催日時】毎月第1・3水曜日（全6回コース）

10時半～11時半 ※時間が変更になる場合もあります

【対象】6ヶ月～1才半頃の「ことば」を話し始める前の
赤ちゃんと保護者様

【参加料】2500円／回（教材費4600円別途必要。初回のみ）

●ヨガ（予約制 先着順）

【開催日時】毎週金曜日（祝日は除く）14時半～16時
ヨーガセラピー 月2回月曜日（時間予約制）

【対象】女性（3歳以上のお子様は一緒に参加できます）

【入会金】3500円（テキスト必要な方のみ別途）

【参加料】1回券 2500円 3回券 6000円／1ヶ月有効
5回券 9000円／3ヶ月有効
(金曜託児あり・別途500円必要。月曜託児なし)

なるさかの教室は予約制となっています。
また、開催日時が突然変更になる場合があります。
事前にご電話にてご予約、ご確認下さい。

【お問い合わせ／ご予約】(月～土 9時～17時)

電話 **0798-73-8835**

※留守番電話の場合は必ず連絡先を残して下さい

育児でつながる心のネットワーク

本やテレビ、インターネットによる情報はたくさんあります。でもそれはいつも一方的で、本当に正しいかどうかさえ分かりません。またその方法に合わせようと悩む人もいます。育児は本来1対1ではなく、家族を中心に、周囲のみんなが、お子様の成長を見守り、楽しみながら、互いに助け合っていくものだと思います。しかし実際は、家にも、ご近所にも育児の悩みを相談したり、協力してくれる人がいない場合が多いのです。一人で不安を抱えずに、どんなことでも相談してみて下さい。ケアやいろいろな教室を通して、人と人がつながり、ともに育児について考え、助け合っていける、そんな場所でありたいと思っています。



なるさか ひろみ
鳴坂 広美

1965年生まれ。看護師。助産師。病院勤務を経て2002年母乳育児相談所を開設。ハンドリラクゼーショントレーナー。アロマテラピスト。アロマテラピーインストラクター。

母乳育児のことだけでなく、子育ての不安や疑問はいつでもご相談頂けます。育児サークル、ヨガ、おやこすくすく体操などの教室やイベントなどへも気軽にご参加下さい。詳しくはホームページをご覧下さい。

なるさか

検索



母乳育児相談所
なるさか
兵庫県西宮市樋之池町
22-2-301号室
電話 **0798-73-8835**
受付 月～土 9時～17時
苦楽園口駅から徒歩約12分
梅岡耳鼻科ビル3F

みなさまの 育児を応援します



母乳育児相談所 **なるさか**

母乳・育児相談●乳房ケア

アロマトリートメント●おやこすくすく体操

育児サークル&セミナー●ベルセレージュ体験会

ベビーサイン●ヨガ

思春期～更年期各種相談・講習会

<http://www.narusaka.jp>