

ハーツきっず

くらしのお役立ちキャンペーン

9月1日は防災の日。いつどこで起こるか分からない災害に備えて、乳幼児の命を守るための対処法を考えておきましょう。また、慌ただしい子育て中であっても、自分と向き合う時間は大切です。乳がん発見のためにできることを学びませんか？

いずれも **¥ 無料** ※予約はハーツきっず各施設まで。

予約制

大人の方
だけの参加も
OKです

災害時の乳幼児支援講座

災害や不自由な避難所生活でストレスを感じるお子さんや母親のケアのほか、タオルとポリ袋を使っておむつ代わりにする方法など実践的に学べます。

8/30(水) 10:30~	ハーツきっず志比口
9/4(月) 10:30~	ハーツきっずはるえ
9/14(木) 13:30~	ハーツきっず学園
9/28(木) 10:30~	ハーツきっず羽水



参加者の声

身近な物で代用できると分かって良かったです。非常袋も用意しないといけないんですね。



参加者の声

今回のお話を聞いて何を備えるべきなのかが分かりました。実践してもらったのでとても分かりやすかったです。

講 子育てマスター
高橋 ふみ子氏
(赤十字幼児安全法指導員)

元看護師、現在は子育てマスターとして、子育て中のママを対象に相談会や講座を開催されています。災害に備えての心構えとお子さんへの対応を教えてください。

「お母さん 自分のこと大切にしていますか」乳がんを発症したママからのメッセージを受け取ってください

乳がんの自己検診の仕方や乳がんの基本的な知識を交えたピンクリボンヨガ。今回は肩こり予防などの簡単なヨガタイムの後、絵麻さんの乳がん体験から経た「今を生きる生き方」についてお話を伺います。

9/1(金) 13:30~	ハーツきっず羽水
9/14(木) 10:30~	ハーツきっずたけふ
9/21(木) 10:30~	ハーツきっずはるえ
9/25(月) 10:30~	ハーツきっず志比口
9/28(木) 10:30~	ハーツきっず学園
10/27(金) 10:30~	アイアイ鯖江 健康福祉センター



参加者の声

今まで、自分のことは後回しにしていたけど、検診も積極的に行って自分のことも大切にしたいなと思いました。

講 高橋 絵麻氏
(6歳と1歳の娘2人を持つ
yogaインストラクター)

子育てママにも乳がんになる可能性があることを知ってもらうため、乳がんと診断されてから手術までに「しこり触ってキャンペーン」を実施。現在は、「自分を大切にしたい。もっと自分と向き合って人生を楽しんで欲しい」というメッセージを伝えるために活動されています。

各施設のお問い合わせ先

●ハーツきっず(受付時間:月~金・9:00~17:00 土・9:30~16:00) (祝・祭日は除く) ☆組合員でない方もご利用できます。

ハーツきっずはるえ

☎(0120)45-3415

ハーツきっず羽水

☎(0120)82-3415

ハーツきっず学園

☎(0120)17-3415

ハーツきっずさばえ

☎(0120)70-3415

ハーツきっず志比口

☎(0120)39-3415

ハーツきっずたけふ

☎(0120)54-3415

毎月各施設では楽しい企画や、子育てに役立つ講座を開催しています。詳しくはホームページをご覧ください。

ハーツきっず 検索



★きっず★

●児童クラブ

〈受付時間:平日・14:00~18:30〉

ハーツきっず湊児童クラブ

TEL.080-8690-9988

ハーツきっず日之出児童クラブ

TEL.080-8691-1790

ハーツきっず啓蒙児童クラブ

TEL.090-1631-4522