

■主な対象者：20～40歳代の女性
(その他の年代の方、男性も参加可能)



■参加方法■
オンライン
(Zoom)



MOM UP PARKの特別プログラム

20分のホント



子育てが楽しくなる「ホント」の情報



専門家が教えます

スケジュール

2.7(土) 9:00～

“なんかしんどい”の原因と解消法

西原利来(R-bodyコンディショニングコーチ)

2.27(金) 15:00～

パパのかかわりと夫婦関係

位田忍先生(小児科医)

3.25(水) 18:00～

ママの健康が子どもの未来を作る

北出真理先生(産婦人科医)

3.26(木) 14:00～

目からウロコの愛着形成

加藤育子先生(小児科医)

※プログラムの内容は都合により変更になることがあります

／ご参加いただいた方の声／

知らないかった情報が沢山。
わかりやすいし時間もちょうどいい。
家事をしながら聞いています！

講師と司会者のやりとりのおかげで
頭の中が渋滞せず、情報がスッキリ
入ってきました！

特別プログラムを受けて
マムアップパークに参加すると
心が安定し、気持ちが前向きになる
理由がわかりました！

なんと、すべて
参加費無料！

お気軽にご参加ください！
お申し込みはこちらから！



MOM UP PARK

 SIP 戰略的イノベーション
創造プログラム
- 包摂的コミュニティプラットフォームの構築 -



キッズデザイン賞
キッズデザイン協議会会長賞
受賞

■お問合せ先■

マムアップパーク事務局 (つくばウエルネスリサーチ内)
TEL: 04-7197-2360 (平日9:00～17:00)
E-mail: info.bansou@twr.jp



中野区とつくばウエルネスリサーチは
NIC+ (ナカノ・インクルーシブ・ケア・パートナーシップ)協定を締結しております