

100の言葉よりも1回のhug



子育ては、1人ですものじゃない

ママやパパ

子育てに関わる様々な人へ、私たちが伝えたいこと。それは・・・

子育てはみんなでする

ということ。

ママたちが楽しく

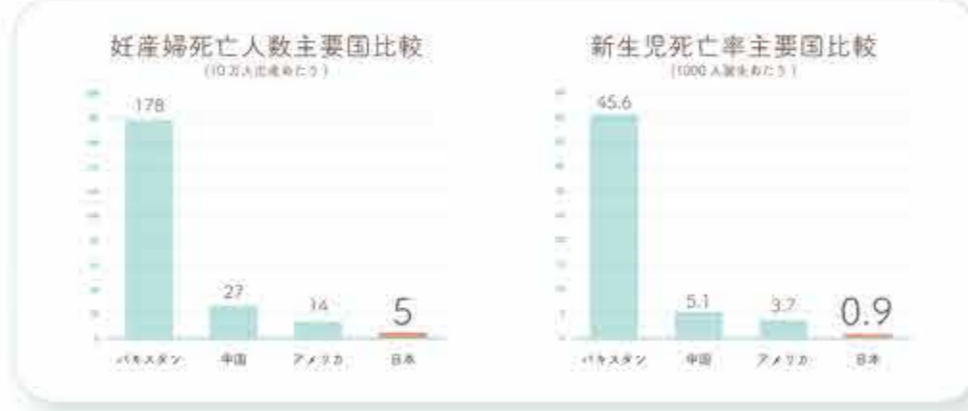
笑って育児ができますように



今

知ってほしい。日本の悲しい現状。

日本は世界屈指のお産安全国。



参考：「144国」の妊産婦死亡率(出生100万対)の年次推移 | 厚生労働省
「世界の新生児死亡率」最新順位 WHO 2018年版 | WHO

なのに・・・

妊産婦死亡率トップは **自死** という現実。



参考：「妊産婦死亡率の国際データベースのトレンド」 | 国立産科医療センター

これは、知っていなければならない現実です。

mama's hug はこの現状を変えるべく、皮膚や心に触れることが脳に与える効果に着目。

オリジナルの「Touch hug」メソッドを考案、研究し、

それを随所に盛り込んだ様々な取り組みを実施しています。

mama's hug 代表・山本加世



ここが凄いぞ、Touch hug!

触れることは生きること



皮膚と心へのふれあいは、その双方に幸せホルモン「オキシトシン」を分泌させる効果を生みます。

これに伴うあらゆる効果は、**生きる力を育む**とされています。

オキシトシンが身体に与える効果

Touch hug

適切な言葉かけとふれあいで

ストレス軽減



自己肯定感アップ

免疫力アップ

mama's hug では、ベビーマッサージの手技をベースとした

「Touch hug」に脳科学や皮膚科学、生理学、身体行動心理学を融合。

科学に裏付けされたメソッドを伝えることで、子育てに関わる様々な人の

「どうしよう?」に応える活動を続けてきました。

ベビーマッサージについて詳しく学びたい!

ベビーも キッズも

ベビーマッサージ・キッズマッサージ
インストラクター認定資格講座

・時間(産学&実技):7時間
・料金:70,000円

Touch hug 式ベビマ、キッズマを他者に教えることができるスキルを学びます。

講師紹介

山本 加世です。もっさんって呼んでね!

NPO 法人 mama's hug 代表

グリーフ専門家、Touchケアセラピスト、育児カウンセラー、マタニティケアセラピスト、産後うつケアセラピスト

各種講演

企業様、団体様向けに各種講演を実施しています。

小田原市保育士会
小田原城北ロータリークラブ
一般社団法人日本マタニティフィットネス協会 (JMFA) 他

お問合せはお気軽に!

ファミリーサポート事業

mama's hug は小田原市からファミリーサポート事業を受託しています。

子育てを頑張る「おなかいさん(依頼)」と、サポートできる「おたすけさん(支援)」が会員となり、マッチングを経て必要な援助を行っていただく学べる、集える有償ボランティアです。

ファミリーサポート事業についてはこちら

mama's hug は小田原 SDGs パートナーです。

Line Instagram

助け合いの輪を mama's hug から。学び、集い、はたらく。

NPO 法人 mama's hug 〒250-0014 神奈川県小田原市城内2-16 おほりびたビル3A tel:0465-20-6898 fax:0465-20-6898 info@mamashug.net

Webサイト https://www.mamashug.net/

mama's hug が目指す世界
ママの味方だけの世界
産前産後うつゼロの世界

mama's hug では、「Touch hug」をベースに、それぞれのターゲットへ適切にアプローチした認定資格講座カリキュラムをご用意しています。

そのためにできること。それは・・・
Touch hug を伝え続けること。

毎日10分! ママとベビーに

子育てが初めてで分からないことがいっぱい。
赤ちゃんが可愛いと思えない時がある・・・
今妊娠中で、先に育児について学びたい。

そんな困ったにはコレ!

ベビーコミュニケーション講座
・時間(産学&実技):10時間
・料金:10,000円

この講座では Touch hug をベースにした、ママと赤ちゃんの絆がぎゅっと濃くなり、その後の成長にポジティブな変化が起きるメソッドを紹介しています。

カリキュラム

- 右脳左脳を使ったコミュニケーションとその必要性
- ベビードレスとベビートーク
- Touch の力と社会性
- 言語、非言語でのコミュニケーション

子育てって、まるで登山・・・!

子どもだけでやま 登山道入口

ここまでありがとう

ひえー

ママを身支度で支える **パパ、男性に**

ママを身支度で支える **パパ、男性に**

ママを身支度で支える **パパ、男性に**

ワンチーム 結成の頂

あまぐせだ

かぞのせしかた 知ってるんだ

しりとり 試してみよう

ママを身支度で支える **パパ、男性に**

子どもたちに

ママやパパを助けて! そんな想いにはコレ!

こどもだって役に立ちたい! 困ってる人を助けてたいよ!
ほくにだってできることがある!

ママやパパを助けて! そんな想いにはコレ!

みんなの力になれる! **ちびっこにも**

3歳~小学校1年生

ジュニアベビーシッター認定資格講座
・時間:8時間(2日間合計) ・料金:20,000円

この講座は、Touch hug、行動心理、シュタイナーのエッセンスを取り入れた、「感じて、考える学び」です。
「自分も、他人も好きになる」こと、自己肯定感(自分にいる!)と言いたくなる気持ち)を育むことを目標に、学校生活や社会、友人との関わり方を学びます。

ジュニアカリキュラム 1日目(4時間) 2日目(4時間)

- ベビーシッターのお仕事とは(想像の学び)
- みんながシッターになって何がかわる?
- 産後うつって何?
- タッチケアの楽しいところ(非言語と行動の学び)
- 人と仲良くするには(言語の学び)
- 自分を好きになる脳の使い方
- Thinking time (どうすれば産後うつはなくなる?)
- 命の授業(ゆるやかな性教育)
- 男の子と女の子の違い(自分と他人の違い??)
- 遊びの授業(実技)
- 救命教習
- どんな子育てをしたい?(おむつ替え実技有り)

みんなの力になれる! **ちびっこにも**

3歳~小学校1年生

ジュニアベビーシッター認定資格講座
～インターン～
・時間:3時間 ・料金:3,000円

インターンカリキュラム 1日(3時間)

- ベビーシッターの役割
- 産後うつって何?
- タッチケアの楽しいところ
- 人と仲良くするために
- 命の授業(ゆるやかな性教育)
- 救命教習
- 遊びの授業(おむつ替え実技有り)

あなたを待ってる人がいる **地域のみなさんに**

そんな困ったにはコレ!

ベビーシッター認定資格総合講座
・時間(産学&実技):10時間 ・料金:66,000円(税込)

この講座では、託児に必要な知識、人との効果的なコミュニケーション方法等を、Touch hug をベースとしたカリキュラムで学びます。

基本カリキュラム

- 保育の基本
- 遊び方
- とっさの救護法
- コミュニケーション方法
- 人見知りの対応
- 保護者との信頼関係の作り方
- 遊びの授業(おむつ替え実技有り)

いろいろな力を借りて 進んでいける世界がいいね

地域子そだて応援団

企業向け 学校向け講演

日々成長する子どもたちの心と体の変化について・・・

人にやる気をおこさせるメソッドなど、

Touch hug をベースにした様々な内容をお話ししていきます!

もっさん保健室

ママやパパ、子どもたちのための保健室です。Touch hug、言葉の hug を用いてカウンセリング、トークセラピーを行います。

もっさん保健室の情報は QR からwebページをご覧ください。

育児職人認定資格講座

・時間(産学&実技):8時間 ・料金:60,000円

この講座では、単純に子どもを預かるだけでなく、産後のうつ防止につながる「寄り添い」と「伴奏者としてのサポート」をするためのスキルを学ぶことができます。

同じパパ同士にはママの気持ちが伝えられ、ママにはパパへの気持ちの伝え方を伝授できちゃう。世のパパ、ママ両方の見方になれる最強講座!

基本カリキュラム

- シッター総論と共通(一部メンズ仕様)

ママ学校の開校

定期的なママ学校という小さな講座を開校し、mama's hug が得意とする Touch hug の事、男女の性差や、皮膚と脳のことなどをお伝えしています。

時には愚問を言い合ったり・・・? 楽しい時間をシェアしましょう!

ママ学校の最新情報、予約はこちらのQRからどうぞ!

地域子そだて応援団

みんなの力で動いています。誰しも、1人では生きていけないですから、「子育てはみんなでする」を体現する為、未来を担う子ども達と直接関わる機関、企業や行政も巻き込んで、いろいろな輪を繋ぐ必要があると思っています。

Touch hug をベースにした様々な内容をお話ししていきます!

mama's hug は、みんなの力で動いています。誰しも、1人では生きていけないですから、「子育てはみんなでする」を体現する為、未来を担う子ども達と直接関わる機関、企業や行政も巻き込んで、いろいろな輪を繋ぐ必要があると思っています。