

## ママカフェ訪問

子育てママの  
つよ～い味方♪  
先輩ママと  
おしゃべりしませんか？



やさしい先輩ママがおじゃまして、ママとおしゃべりしたり、赤ちゃんと遊びます。

### 時間帯

平日午前9時～5時までの間の  
1時間半程度

※赤ちゃんの生活リズムやママのご都合  
に合わせて調整します。

※おじゃまする回数は1回のみ・複数回  
どちらでも。ご希望を伺います。



料金無料☆

お茶・お菓子・家の片づけ  
など、お気遣いなく♪

先輩ママとのおしゃべりは、赤ちゃんのことはもちろん、ちょっと育児を忘れて、おしゃべりや音楽・映画など趣味のことなど、他愛もないお話を楽しんでもいいのです。

産後や子育て中のママが時々リフレッシュしながらご自分の育児スタイルを作っていくお手伝いをします。

♥ こんな方はぜひご利用ください ♥

今は外出が大変なので  
家で誰かとおしゃべりしたい

あそび場  
まで遠い

双子や年子等  
の子育て中

体調がもどるまで家で  
ゆっくりしたい

車がない

人が多い  
所は苦手

ママ友が  
欲しい

お問い合わせ・お申し込みはお気軽に♪

鶴岡市子ども家庭支援センター（にこ♥ふる内）

0235-25-2741

当センターで、子育てのご家庭と先輩ママの日程調整をします。