

マチノワ便り

通号23号
2025年9月号

お茶の間は10時から14時までの間、出入り自由です。イベントに参加したりおしゃべりしたりごはんを食べたり、集まったみんなでゆったり過ごそう！

9月のお楽しみイベント3選



8月 オンライン座談会
ほっこりつながる会
お家から話そう！仲間を作ろう！

外に出るのはちょっと面倒だけど誰かと話したい時、お茶の間に来なくてもみんなと気軽につながれる座談会をオンライン開催！はじめての方も待ってるよ！

16日 《対象》一眼レフ・ミラーレスカメラをお持ちの方
写真撮影レッスン

こどもを撮影するコツを学ぼう！

フォトスタジオtetote松久保さんによる初心者向けレッスン。我が子を明るくブレずに可愛く撮ろう！一眼レフカメラの基本的な使い方や撮影のコツを学ぼう♪



18日 イングリッシュリトミック
親子で楽しむ英語&音楽の時間

カラーズイングリッシュアフタースクールのAngelie Bagol先生によるベビーイングリッシュリトミック！英語や音楽とのふれあいを親子で楽しもう！



9月のそっと寄り添うケアイベント3選

11日 助産師の日

語ろう！助産師とおしゃべり

助産師の壽明子さんのお話の場。助産師ってみんなと同じママ。自分の子育ても日々手探り。子育てに正解なんてない！笑ったり泣いたり、みんなで子育てについてお話ししましょう♪



16日 助産師講座・オンライン
ほっこりまなぶ会

乳幼児期からの性教育

助産師の森脇智秋さんによる乳幼児期から家庭で出来る性教育講座。排泄の躰や男の子おちんちんむきむきって？女の子は何に気をつける？みんなで学ぼう！



25日 ゆうだい先生の発達相談

こどもの成長を一緒に考えよう

日頃の生活でこどもの成長、発達が気になることってありませんか？ちいさな疑問やモヤモヤ、関わり方に悩んだり、不安を感じたら気軽に話して一緒にほぐしていきましょう。



美容にランチにおでかけも♪ 妊婦さんのやりたいこと聞きました

NPO法人徳島の子育てに伴走する会マチノワ
広報/マチノワ便り担当 **かねちゃん**



出産までの限られた時間、今だからこそできることを楽しみたい！今回は、マチノワマタニティサークルで実際に妊婦さんから聞いたお声をご紹介します。

まずは、シミ取りなどの「美容ケア」。産後は自分の時間が取りづらくなるので、肌のメンテナンスは、今がチャンスです。また「旦那さんとランチ」も人気。焼肉や季節限定メニュー、デザートまで、ゆっくり味わえる時間は貴重です。

お出かけ派は「大阪万博」に行きたい！という方も。遠出は心配ですが、会場には妊婦さんや赤ちゃん連れに優しい優先ルートがあり、待ち時間少なめで楽しめるのも魅力。

さらに「字をきれいにしたい」「仕事とは、また違う学びに挑戦したい」という方も。

産休中は自分のためだけにじっくり時間を使える貴重な期間です。資格や趣味、リスキングなど“今だからこそ始められること”に挑戦してみるのも素敵です。

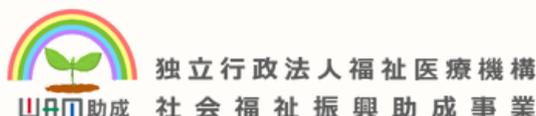
妊娠中の過ごし方は人それぞれですが、今しかない時間を大切にしたい気持ちは皆さん同じでした。くれぐれも無理のない範囲で自分時間をエンジョイできるといいですね♪

「徳島新聞デジタル」運動コラムでは徳島の産前産後の詳細情報を掲載中！ぜひチェックしてみてくださいね♪



にこにこギャラリー 今月の一枚

お誕生日会のコマ。お祝い隊でくれた赤ちゃんが6か月ということで、キューピーハーフマヨネーズの衣装を着て一緒にお祝いしたよ！





マチノワみんなのお茶の間

妊婦・親子・地域の居場所

沖洲にある県立施設内で妊婦さんや親子（0歳から2歳頃）地域の人々のための居場所を開いています。みんなで赤ちゃんを囲んで、お茶をのんだりおしゃべりしたりほっと一息ついてみませんか。あなたのいまの気持ちに合わせて、お好きなようにお過ごしいただけます。気軽にのどきにきてください。

9
2025

公式LINE



予約



公式LINEに登録の上、居場所利用の「会員登録」をお願いします

住所：徳島市東沖洲1丁目8 東部防災館おきのすインドアパーク
開所：月～火・木～土 10時～14時 参加無料・予約不要
対象：妊婦・生後1ヶ月～2歳頃のこども連れの方
駐車場150台 / 飲食OK / 授乳スペース・お湯・電子レンジあり

日	月	火	水	木	金	土
	1 10:00-12:00 マチノワリトリート ヨガ・お茶 予約：参加費1100円 ※12時30分CLOSE	2 10:30-11:30 はじめてさんの日	3 休	4 休	5 10:30-11:30 絵本の日	6 休
7 休	8 10:30-11:30 9月親子誕生日会 予約 14:00-15:00 ほっこりつながる会 オンライン座談会	9 10:00-12:00 こころの保健室 10:30-11:30 県外出身 転勤族さんの日	10 休	11 10:30-12:30 助産師の日 「子育ておしゃべり会」 講師 壽 明子さん 11:30-12:30 ランチ会	12 10:30-11:30 赤ちゃんの日	13 10:00-12:00 あざやま先生の 親子体操 ※12時CLOSE
14 休	15 休	16 10:30-11:30 撮影レッスン 予約：参加費1100円 ※12時CLOSE 予約 14:00-15:00 ほっこりまなぶ会 オンライン助産師講座	17 10:30-11:30 赤ちゃん食堂 町営シニア認定こども園 予約 TEL088-679-8817 ※終日CLOSE	18 10:30-11:30 イングリッシュ リトミック 予約：参加無料 ※12時CLOSE	19 10:30-11:30 ぽかぽかお茶会 10:30-12:30 心理師相談サロン イオンスタイル徳島	20 休
21 休	22 休	23 アスティとくしま 「おきゃっと21」 マチノワ出張 ※終日CLOSE	24 休	25 11:00-13:00 発達相談の日	26 10:30-12:30 ハンドケアの日	27 休
28 休	29 10:30-11:30 マタニティサークル 茶話会&マタニティ撮影会 11:30-12:30 ランチ会	30 10:30-11:30 おもちゃの広場 10:30-12:30 助産師相談サロン イオンスタイル徳島	 10:30-11:30 みんなの茶話会 お茶をのみおしゃべりしよう		 9:00-17:00 はれいろキッチン 1階でオープン・お弁当販売	

(税込価格表示)

スケジュール 10:00 オープン 11:30 ランチタイム 12:30 おしゃべり 13:30 お片付け 14:00 クローズ	●お茶の間マルシェ（物販） ●ベビーストック（リユース） ●レンタルドレス（貸衣装） ●フリーおやつ・離乳食 ●絵本コーナー（貸出）	おうちでマチノワ オンラインZOOM開催 OPEN 14:00～15:00 <予約> ●ほっこりつながる会（座談会） ●ほっこりまなぶ会（助産師講座）	おでかけマチノワ イオン4階赤ちゃん休憩室開催 OPEN 10:30～12:30 ●助産師の相談サロン ●心理師の相談サロン
---	--	---	--

マチノワスポンサーをご紹介します

300プロジェクト
ご協力をお願い

- ①個人（月額300円）寄付を100人募集
- ②企業スポンサー（目標300万円）募集
- ③ボランティアや物資支援の募集



「マチノワ300プロジェクト」は徳島の子育てを「みんな」で支える未来を目指す挑戦です。300のつながりとともに子育ての孤独孤立をなくし、親子が安心して笑顔で過ごせる「つながり」を広げていきます。