

上越で子育てするママへ

# 上越の子育て

# おうちで ぶちセミナー

参加費  
無料

おうちにいながら、スマホやパソコンで情報交換をしましょう  
テーマに沿った講師やゲストをお招きします  
子どものこと、自分のこと、たくさん聞いてたくさん話しましょう



10月21日(水)

日時

①9:30~10:30 ②11:10~12:10

※①②とも同じ内容のセミナーです

テーマ

双子ちゃん、三つ子ちゃんママ集まれ! ~先輩ママと情報交換~

対象

多胎児のママ  
多胎児を妊娠している人

11月18日(水)

日時

①9:30~10:30 ②11:10~12:10

※①②とも同じ内容のセミナーです

テーマ

たまには大人と話したい!

対象

生後3か月くらいまでの  
赤ちゃんのママ

★ 以下のテーマで講座を計画中 ★

12月 赤ちゃんの冬の暮らし

1月 ママの体調、産後のケア

2月 2021#スプリングベビー

日時、詳細はマミーズ・ネットHP、  
Facebook等でお知らせします

zoom

を使用してセミナーを行います

初めての人でも大丈夫!

参加者には事前に「zoomの使い方」を送ります  
操作に不安がある方は、練習会にご参加ください



事前練習会

10月14日(水) 10:30~11:00

11月10日(火) 10:30~11:00

練習会に参加希望の方は申込み時にお知らせください

【お申し込み方法】 セミナー開催1週間前までにお申込みください。定員あり、先着順

### ① TELまたはメールで申込み

下記事項をお知らせください

- ・参加者氏名(ふりがな)
- ・電話番号
- ・子どもの年齢・月齢または妊娠月数
- ・メールアドレス
- ・参加希望の日、参加時間(①または②)
- ・練習会参加希望の有無

### ② お申込み後に、受付完了のメールを送ります

※メールが届くまでに数日かかる場合があります  
※以下の申し込み先メールアドレスを受信できるように  
設定をお願いします

### ③ 希望するセミナーの日時に専用URLから参加

開催直前にURL等を送ります。当日はURLよりご参加ください

お申込み  
お問い合わせ

認定NPO法人マミーズ・ネット

MAIL

mammies@joetsu.ne.jp

TEL

025-526-1099



申込み専用QRコード

上越で子育てするママへ

# 上越の子育て

# おうちで ぶちセミナー

参加費  
無料

おうちにいながら、スマホやパソコンで情報交換をしましょう  
テーマに沿った講師やゲストをお招きします  
子どものこと、自分のこと、たくさん聞いてたくさん話しましょう



## 10月21日(水)

日時

①9:30~10:30 ②11:10~12:10

※①②とも同じ内容のセミナーです

テーマ

双子ちゃん、三つ子ちゃんママ集まれ! ~先輩ママと情報交換~

対象

多胎児のママ  
多胎児を妊娠している人

## 11月18日(水)

日時

①9:30~10:30 ②11:10~12:10

※①②とも同じ内容のセミナーです

テーマ

たまには大人と話したい!

対象

生後3か月くらいまでの  
赤ちゃんのママ

★ 以下のテーマで講座を計画中 ★

12月 赤ちゃんの冬の暮らし

1月 ママの体調、産後のケア

2月 2021#スプリングベビー

日時、詳細はマミーズ・ネットHP、  
Facebook等でお知らせします

## zoom

を使用してセミナーを行います

初めての人でも大丈夫!

参加者には事前に「zoomの使い方」を送ります  
操作に不安がある方は、練習会にご参加ください



事前練習会

10月14日(水) 10:30~11:00

11月10日(火) 10:30~11:00

練習会に参加希望の方は申込み時にお知らせください

【お申し込み方法】 セミナー開催1週間前までにお申込みください。定員あり、先着順

### ① TELまたはメールで申込み

下記事項をお知らせください

- ・参加者氏名(ふりがな)
- ・電話番号
- ・子どもの年齢・月齢または妊娠月数
- ・メールアドレス
- ・参加希望の日、参加時間(①または②)
- ・練習会参加希望の有無

### ② お申込み後に、受付完了のメールを送ります

※メールが届くまでに数日かかる場合があります  
※以下の申し込み先メールアドレスを受信できるように  
設定をお願いします

### ③ 希望するセミナーの日時に専用URLから参加

開催直前にURL等を送ります。当日はURLよりご参加ください

お申込み  
お問い合わせ

認定NPO法人マミーズ・ネット

MAIL [mammies@joetsu.ne.jp](mailto:mammies@joetsu.ne.jp)

TEL 025-526-1099



申込み専用QRコード