



年次報告書
～2025年度～

ママほぐ

2025年度 活動報告書

ママほぐ

1.活動実施の方針

ママほぐとは...

子育てママや地域の方の居場所と笑顔を目的に活動しています。

現在ママほぐが運営する居場所イベントは、『ママほぐーリラクゼーションとモノづくり』、『ママほぐ講座』があります。加えて、2025年度は『Wave of Light 2025 in BRANCH茅ヶ崎』、『ママほぐリユース会&フリマ』を開催しました。

また、2021年から開始した『茅ヶ崎市の産後のお母さんのためのポータルサイト』があります。

2.活動の実施に関する事項

(1)ママほぐーリラクゼーションとモノづくり

2017年に茅ヶ崎市に発足した、ママによるママのためのイベントです。ハイハイ赤ちゃんもウェルカムなフラット空間で、リラクゼーションやモノづくりのワークショップが出来ます。

場所:まちづくりスポット茅ヶ崎サンノイチ

日時:毎月第1水曜日

内容:リラクゼーション・ワークショップ・販売・無料見守り保育付き・助産師相談(隔月)

2025年度開催日時

開催日	時間	店舗数	参加人数	イベント
4/2	10:00~15:00	10	37	世界自閉症啓発デー&国際発達障害啓発週間開催、助産師相談
5/7	10:00~15:00	8	32	
6/4	10:00~15:00	9	34	
7/2	10:00~15:00	9	18	
8/6	10:00~15:00	11	45	助産師相談
9/3	10:00~15:00	10	38	こころの相談
10/1	10:00~15:00	10	37	ピンク&ブルーリボン運動啓発開催、助産師相談、ハロウィン
11/5	10:00~15:00	10	24	相談コーナー
12/3	10:00~15:00	10	56	助産師相談、クリスマス
1/7	10:00~15:00	10	43	相談コーナー
2/4	10:00~15:00	10	35	助産師相談
3/4	10:00~15:00	10	48	認定子育てアドバイザー相談、生花プレゼント

(2)ママほぐ講座

さまざまな専門家の方々の講座を開催しています。

《ママヨガ》

場所:うみかぜテラス

日時:6/20(金)10:30～11:30

内容:産後カフェのヨガ講師によるママのためのヨガ講座です。見守り保育あり。

要予約:ママほぐ公式LINE、またはmamahogu@yahoo.co.jp

参加人数:3人

《お母さんの居場所のはじめ方》

場所:うみかぜテラス

日時:11/12(火)10:00～12:00

内容:ママほぐの活動を通して、見て、感じて、実践してきたことを、伝える場です。

運営の方法、行政との関わり、加入している保険、心のケアについて

要予約:ママほぐ公式LINE、またはmamahogu@yahoo.co.jp

参加人数:9人

(3)『Wave of Light 2025 in BRANCH茅ヶ崎』

毎年10/9～15は、流産、死産、新生児死等で大切な赤ちゃんを亡くしたご家族への支援の必要性について考え、お空の赤ちゃんにご家族に想いを寄せる国際的な啓発週間です。

啓発週間の最終日、毎年10/1519:00～20:00は、亡くなった赤ちゃんにご家族を想ってキャンドルを灯すWave of Lightが世界中で開催されます。

場所:ランチ茅ヶ崎3 まちスポット茅ヶ崎前広場

日時:10/4(土)15:00～19:00

内容:15:00～17:00ドライフラワーワークショップ、17:00～受付・物販、メッセージ書き、メモリアルツリー装飾、18:00～19:00キャンドル点灯

主催:ANGEL's HEART / ママほぐ

協力:BRANCH 茅ヶ崎・認定NPO法人まちづくりスポット茅ヶ崎・cocohanaflower・WAON_candle

後援:湘南助産師会・Baby Loss Family Support'Angie'

『ミニママほぐ&リユース会』

場所:ランチ茅ヶ崎2サンノイチ

日時:3/20(金・祝)10:00～15:00

内容:子ども服のリユース会と3店舗のフリーマーケットを開催しました。

事前に子ども服などを募集し、サイズを仕分けし、当日1袋500円で新たな方へ繋ぎました。

リユースされた服:740着(10着/袋として算出)

(4)茅ヶ崎市の産後のお母さんのためのポータルサイト

お母さん(子育てに関わる全ての人)が、孤育てしないように、地域と繋がれる情報と思いがぎゅっと詰まったサイトです。

2024/4/17(水)にリニューアルオープンし、お母さんの居場所マップ、助産師マップ、子ども食堂マップ、小児科マップなどが追加されました。

<https://mamahogu.net>

2025年度 活動計算書

(2025年4月～2026年3月賛助会員費のみ抜粋)

ママほぐ

科目	金額(単位:円)		備考
I 経常収益			
1 受取会費 賛助会員受取会費	16,000		
経常収益計(A)		16,000	
II 経常費用			
1 事業費			
(1)人件費			
助産師手当	4,000		
保育ボランティア手当	12,500		
人件費計		16,500	
(2)その他経費			
業務委託費	1,500		セカンドワーク
印刷製本費	2,550		
消耗品費	6,540		イベント(10月ハロウィン、12月クリスマス、3月生花)
その他経費計		10,590	
事業費計(B)		27,090	
当期経常増減額(A)-(B)		△11,090	
III 経常外費用			
当期正味財産増減額		△11,090	
前期繰越正味財産額		186,649	
次期繰越正味財産額		175,590	

2025年度 実施活動フライヤー一覧

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 助産師相談(午前) 協力:あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.4.2(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (魚べい様前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

4/2世界自閉症啓発デー
発達障害啓発週間

抱っこ紐販売・相談 <small>販売</small>	耳たぶリフレ <small>癒し</small>	カスタムクレヨンWS <small>体験</small>
ハンドトリートメント <small>癒し</small>	Haku made. <small>販売</small>	私学小学校紹介 & れんげんWS <small>体験</small>
たわやパン販売 <small>販売</small>	ボディケア <small>癒し</small>	多肉植物の寄せ植えWS <small>体験</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 駐車場直結 3時間無料

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.5.7(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

ジェルネイル <small>体験</small>	ハッピー手相 & お誕生日占い <small>体験</small>	こどもの日撮影会 <small>体験</small>
Haku made. <small>販売</small>	kana*hana <small>販売</small>	チェアロミ & ヘッドセラピー <small>癒し</small>
B-grottoパン販売 <small>販売</small>	カスタムクレヨンの販売 & ファーストクレヨンWS <small>体験</small>	ボディケア <small>癒し</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 同時開催 / 助産師相談(午前中) 協力:あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.6.4(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

カスタムクレヨンWS
体験

抱っこ紐販売・相談 <small>販売</small>	耳たぶリフレ & 耳つぼジュエリー <small>癒し</small>	ハンドトリートメント <small>癒し</small>
Haku made. <small>販売</small>	新種花リースWS <small>体験</small>	アロマアウトドアアートWS <small>体験</small>
たわやパン販売 <small>販売</small>	ボディケア <small>癒し</small>	古いダケジャナイ! <small>体験</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 駐車場直結 3時間無料

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.7.2(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

ジェルネイル [フットあり] <small>体験</small>	ハッピー手相 & お誕生日占い <small>体験</small>	シンプル親子撮影会 <small>体験</small>
Haku made. <small>販売</small>	お肌診断による似合うメイク術 [無料] <small>体験</small>	チェアロミ & フット & ヘッドセラピー <small>癒し</small>
B-grottoパン販売 <small>販売</small>	カスタムクレヨンの販売 & ファーストクレヨンWS <small>体験</small>	ボディケア <small>癒し</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 助産師相談(午前中) 協力:あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.8.6(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

手作りピアス・キーホルダーetc販売
販売

抱っこ紐販売・相談 <small>販売</small>	耳たぶリフレ & 小顔矯正 <small>癒し</small>	キャンドルWS・販売 <small>販売</small>
Haku made. <small>販売</small>	香るフレームフラワーWS <small>体験</small>	アロマWS <small>体験</small>
たわやパン販売 <small>販売</small>	ボディケア <small>癒し</small>	私学小学校紹介 & れんげんワークショップ <small>体験</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** こころの相談 smiley hug

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.9.3(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

ジェルネイル <small>体験</small>	ハッピー手相 & お誕生日占い <small>体験</small>	耳つぼジュエリー <small>癒し</small>
Haku made. <small>販売</small>	アロマクラフト & ドライヘッドスパ <small>癒し</small>	チェアロミ & フット & ヘッドセラピー <small>癒し</small>
B-grottoパン販売 <small>販売</small>	手形足形アートWS <small>体験</small>	ボディケア <small>癒し</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 助産師相談(午前中) 協力:あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.10.1(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

ベビーキッズ用の可愛い帽子・つけねetcの販売
販売

抱っこ紐販売・相談 <small>販売</small>	耳たぶリフレ <small>癒し</small>	ハンドトリートメント <small>販売</small>
Haku made. <small>販売</small>	ブツナツツアレンジWS <small>体験</small>	アロマWS <small>体験</small>
たわやパン販売 <small>販売</small>	ボディケア <small>癒し</small>	チェアロミ & ヘッド & ドライヘッドスパ <small>癒し</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 相談コーナー smiley hug

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.11.5(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

耳つぼジュエリー
体験

ジェルネイル <small>体験</small>	おたけ手相 ハッピー手相 & お誕生日占い <small>体験</small>	キャンドルWS & 販売 <small>販売</small>
Haku made. <small>販売</small>	kana*hana <small>販売</small>	チェアロミ & ヘッドセラピー & アロマオイルWS <small>癒し</small>
B-grottoパン販売 <small>販売</small>	アロマクラフト & ドライヘッドスパ <small>癒し</small>	ボディケア <small>癒し</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 赤ちゃんも、子どもたちもwelcome! **キッズスペース** 助産師相談(午前中) 協力:あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2025.12.3(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茶々場2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツまつ場

多肉植物の寄せ植え販売
販売

抱っこ紐販売・相談 <small>販売</small>	なごみみりフレ <small>癒し</small>	シンプル親子撮影会 <small>体験</small>
Haku made. <small>販売</small>	しめ縄飾り <small>体験</small>	アロマWS <small>体験</small>
たわやパン販売 <small>販売</small>	ボディケア <small>癒し</small>	四柱推命子鑑定 <small>体験</small>

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 キッズスペース smiley hug 相談コーナー

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2026.1.7(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茅ヶ崎2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツ茅ヶ崎

Cotton Flower Market	ジェルネイル	多肉植物の寄せ植え販売	B-grottoパン販売
販売	販売	販売	販売
カラセサビー & デジコンボード	耳ツボジュエリー	Haku made.	マインドヘッドセラピー
販売	販売	販売	販売
体験	体験	体験	体験
ボディケア	たわやパン販売	ポディケア	ハンドトリートメント・WS
販売	販売	販売	販売
販売	販売	販売	販売

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 キッズスペース 助産師相談(午前中) 協力: あじさい助産院

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2026.2.4(水)10:00-15:00
ランチ茅ヶ崎2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツ茅ヶ崎

キャンドルWS・販売	抱っこ紐販売・相談	なごみリフレ	ANEMOS
販売	販売	販売	販売
体験	体験	販売	販売
Haku made.	香のリースWS	kana & hana	ハンドトリートメント・WS
販売	販売	販売	販売
販売	販売	販売	販売
販売	販売	販売	販売

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

見守り保育 キッズスペース smiley hug 相談コーナー

ママほぐ

ーリラクゼーションとモノづくりー

2026.3.4(水)10:00-15:00
毎月第1水曜日開催
ランチ茅ヶ崎2サンノイチ (DAISO前)

協力: NPO法人まちづくりスポーツ茅ヶ崎

シンプル親子撮影会	ジェルネイル	耳ツボジュエリー	カラセサビー & デジコンボード作り
体験	販売	販売	販売
体験	販売	販売	販売
ハンドトリートメント	ミモザのボボラスリースWS	Happy手相 & お誕生日占い	ボディケア
販売	販売	販売	販売
販売	販売	販売	販売
販売	販売	販売	販売

ママほぐは、その活動を通して、子育てママや地域の方の笑顔と居場所を目指しています。

ママほぐ リユース会 & フリマ 2026

フリマ 6店舗

リユース会 1袋500円

おうちで不要になった子ども服・靴をお預かりし、リユース会で次の方にお繋ぎします!

2/4(水)・3/4(水) 10:00~15:00@サンノイチ
上記日程以外を希望される方はお問い合わせください。

○お預かりできるもの○
洗濯済みの子ども服 (80~130cm)
靴 (100cmまで)

×お預かりできないもの×
使用済みの下着・スタイ、食品、おもちゃ、
大きな汚れ・破れがあるもの、虫、臭い、ぬいぐるみ

3月20日(金・祝) 10:00-15:00

ランチ茅ヶ崎2 サンノイチ (2階ダイソー・魚べい前)

お問い合わせママほぐ mamahogu@yahoo.co.jp

詳細はこちら

Instagram

Mama Yoga

ママほぐ講座 ママヨガ

2025 6/20 (FRI) 10:30-11:30

講師: 田中 海美

日時: 2025年6月20日(金) 10:30~11:30 (最少催行人数2名)

場所: うみかぜテラス 1F 4集金室

料金: ¥2000 (保育費含む)、マットレンタル¥100 (2名まで)

持ち物: ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物、子どもの持ち物、フェイスタオル

《ママほぐ講座》

Wave Of Light in Chigasaki 2025

ピンク&ブルーリボン運動

毎年10月9日~15日は国際啓発週間
「Baby Loss Awareness Week」にちなみ赤ちゃんにご家族に思いを寄せる1週間
ピンク&ブルーリボンは、高度・死産・新生児死などで赤ちゃんを亡くし深い悲しみの中にあるご家族を支え、心の支えに役立てる国際シンボルマーク
Wave Of Light は亡くなった赤ちゃんやそのご家族を想い世界中でキャンドルを灯すイベントです

2025 10/4 ± 15:00-19:00

入場無料

BRANCH茅ヶ崎3 神奈川県茅ヶ崎市浜見平10-2
しろやま広場まちスポ前

主催: ANGEL's HEART / ママほぐ
協力: BRANCH茅ヶ崎 / 認定NPO法人まちづくりスポーツ茅ヶ崎 / cocohanaflower
後援: 湘南助産師会 / Baby Loss Family Support 'Angle'

お母さんの居場所のはじめ方

これからはじめたい人
繋がりたいたい人

11/12(水)10~12時
うみかぜテラス

講師・サポーターの方々の声



イヤセラピスト
みみ×まる
菊地寛子さん

ママとベビーが気軽に遊びに来られる大切な居場所、そして大人になっても友達が増えるパワースポット。それが私にとってのママほぐです。私は子育て終盤ですが、子育て中は孤独や心細さを感じる事が多くあり、「ちょっと誰かと話したいな」と思う日ばかりでした。だからこそ、ママほぐを知ったときはすごい！最高！私も何かしたい！と思いました。

施術の合間に赤ちゃんを抱っこさせてもらったり、一緒に遊んだりする時間は私の癒やしでもあります。そして、ママたちだけでなく出店する側もいつも新しいご縁があって、生活の中で挨拶ができる人が増えたことが本当に宝物だと感じています。

きっと私と同じように、この場所に救われる方がこれからもたくさんいるはず！これからもママほぐの活動を応援していきたいと思います！

「ママほぐ」に参加させて頂いて約1年が経とうとしています。出店されている方も、参加されている方もみなさん子育て中なのに穏やかで自分自身を綺麗にされているのに感心しています。

(自分の子育て中の時は…)

そして、いろいろな事を考え、それを提供し、提供された方が喜んでいる姿が素敵だな！と思います。

私も小さな小さな赤ちゃんを抱っこさせてもらったり、パワー全開のお友達と遊べ、若いエネルギーを充電させてもらっています^_^ 先日台風で「ママほぐ」がお休みになった時、「寂しいなあ……」と思う自分がいました。「ママほぐ」は自分にとっても楽しみの1つになってしまったようです^_^

子育ては大変ですが、楽しいです！！頑張ってください。

頑張っているママ達のお役に少しでもたてて私も嬉しいです。



保育ボランティア
石田千鶴子さん



ちほちゃん
&ちほちゃんママ

私が初めてママほぐを訪れたのは娘が4ヶ月の頃でした。その頃の私は、初めての育児にヘトヘトで、外出する意欲さえでない日々を過ごしていました。育児の合間を縫ってはあらゆる事を検索し、翌日にママほぐがある事を知り行く事に。産後の初めてのお出かけに気合いが入り、でも緊張もしながら、そんな私を皆さんが温かく迎え入れて下さり、とっても救われた気持ちになった事を覚えています。手作り雑貨やマッサージなど沢山の店が並んでいて、その真ん中には保育スペースが！子どもを預けながら楽しめるなんて夢のような空間だと思いました。子育てをして初めて知る世界、育児は信じられないくらい大変だけど、それを温かく受け止めてくれる人たちが沢山いる有り難さに胸がいっぱいになりました。

先輩ママ達が素敵な場所を築き上げて来てくれたこの時代に子育てができるなんて、本当に幸せだなとつくづく思います。私もいつか子育てを応援する側に立ちたい！ママの居場所を作ることが今の私の夢です。

運営スタッフより

いつもママほぐを応援して下さいありがとうございます！

昨年度は、11月に『お母さんの居場所の作り方』と題し、これから居場所を作りたい方、関わりたい方に向けての講座を初めて開催しました。

ママほぐが出来て、9年。

これまでたくさんの方が、見学に来られました。

居場所を始めたい気持ちはあるものの、ノウハウがない。

勢いでスタートすることは出来たけれど続けることが難しい。

などの声を受け止め、講座という形で、次の世代へ受け継いで行くことも私たちに出来ることのひとつと思えました。

(ちょっとだけ先輩になった気分です！)

たくさん新しい芽が、湘南の地域に芽吹くことに期待しています！



ママほぐ 代表
高村 えり子

私自身は、子どもが2年生と4年生になり、ますます自律が進んでいます。

と、同時に今まで子どもたちと過ごしていた時間を何に使うかを探索中で…

とまどっております…(笑)

もしこれを読まれている方で、絶賛、自分の時間なんて寝かしつけのあとだけよっ、そんな方がいましたら、あと数年すると、わたしのように、あれ？子どもを産む前はなんて過ごしていたんだろうと思う日が来るかもしれません。

先輩お母さんたちの言う、子育ての期間なんてあっという間、という言葉は本当かもしれません。

あれだけ一日が長い時間だと感じて居たのに。

ママほぐに来る子どもたちと、我が子たちの歳の差が増えるほど、その存在に尊さを感じて

しまいます。

お母さんと赤ちゃんの間に流れる言葉はない特別な時間。

ママほぐを通して、幸せな時間を過ごさせて下さり、本当にいつもありがとうございます。

ひとえに、ママほぐを応援して下さいの皆様のおかげです。

来年はアニバーサリーイヤー、

10周年に向けて邁進して参ります！



古知屋 千恵子

今年から息子が幼稚園に入園し、久々に“フリー”でのママほぐになりました。

いつも隣にいた我が子がいないのは、動きやすいはずなのに少し寂しくて…。

でも、赤ちゃんたちを抱き上げるたびに「我が子もこんなに小さかったなあ」と胸がきゅんとする、あたたかい気持ちになる日々でした。

我が子はどんどん大きくなっていく中で、ママほぐに来てくれるお子さんを抱っこさせていただけることは、本当にありがたいことです。大人だけで遊びに来てくださる方が楽しんでくださるのはもちろん、お子様連れの皆さんを、出店者さん・保育ボランティアさん・そして運営陣みんなで楽しみにしています♪

月に一度の開催ですが、その中にはたくさんの方の関わりや想いが詰まっているママほぐ♡これからもコツコツと長く続けていけるよう、次年度も皆さんと一緒に頑張っていきたいと思えます！

賛助会員の皆さま、今年も本当にありがとうございました。

2025年度も無事に活動を終わることができました。

ママほぐに足を運んでくださった皆さま、活動を支えてくださった皆さまに、心より感謝申し上げます。

私自身、22年間の子育てを振り返ると、決して楽しいことばかりではありませんでした。

眠れない夜、自分のことは後回しの日々、思うようにならない子どもとの時間。「いつになったら楽になるのだろう」と、出口の見えないトンネルの中のように感じたこともありました。

けれど今、成人した子どもたちが悩みや喜びを話しに帰ってきてくれる姿、きょうだい同士が笑い合う姿を見る

たびに、あの頃の何気ない毎日が、家族の土台になっていたのだと気づかされます。子どもと過ごした時間は決して消えません。たとえ記憶に残らなくても、その温もりは子どもの心の中に生き続けます。

子育ての真っ最中にあるママやパパへ。今は苦しくても、あなたが注いでいる愛情は、いつか必ず子どもの人生を支える力になります。

ママほぐは、そんな子育ての日に寄り添いながら、「ひとりじゃない」と感じられる場所であり続けたいと思っています。これからも皆さまとともに、温かな居場所を育ててまいります。



赤池 亜希子

いつもママほぐの活動にご理解、ご協力いただき、ありがとうございます。

毎月のママほぐでは、かわいいお子さんに会うことができ、成長を感じたり、私が癒されたり、贅沢な時間を堪能し、ママさんと尽きない悩みを共有したり、新しい育児情報を聞いたり、有意義な時間を過ごしています。

来年度もママほぐの活動を必要としている方に届くように精進していきます。

プライベートでは、娘が10、7、4歳となり、幼稚園、小学校へ通園、通学し、それぞれが家以外の居場所を作ったり、役割を担うようになってきました。日々いろいろなことありますが、家はママほぐと同じように、いつでも戻って来られる、安心できる場所として、見守っていきたいと思っています。



中村 麻紀