

事業の名称（提案種別 <input checked="" type="checkbox"/> 市民提案型 <input type="checkbox"/> 行政提案型）	
プレママに贈る産後ケア講座&音楽会（マタニティコンサート&産後ケア講座（仮））	
団体名	担当課名
ムジカベベ0歳からの音楽会	健康増進センター
事業の目的	プレママに産後ケアの必要性和、子連れで楽しめる0歳からの音楽会のことを知ってもらい、出産後の自分自身の身体や心を労りながら楽しく子育てができるようにする。
役割分担	【団体】 イベント全体の企画、講師の手配、チラシ作成等の広報 【担当課】 企画への助言、チラシ配布と広報等への掲載、会場の手配
事業の決算額	136,687 円（市補助金 106,687 円）

1 協働事業の実施内容について

妊娠中から産後の心身の変化について知ることが、その後の生活や育児に重要であるという、ムジカベベ0歳からの音楽会のメンバーによる経験をふまえ、NPO法人マドレボニータの吉田先生をお招きして講義と体操、その後にはゆったりリラックスするためのコンサートを、7月に針ヶ谷コミュニティセンター、11月にピアザ☆ふじみにて開催した。

出産が2人目以降の家庭も参加できるように保育付にし、妊婦とパートナーを対象としたことで、産後に焦点を当てたゆったりした講座、コンサートにできた。

2 協働事業の実施した結果について

開催日	会場	参加人数
7月8日（土）	針ヶ谷コミュニティセンター	12名（妊婦10名、夫2名）・保育4名
11月12日（日）	ピアザ☆ふじみ	9名（妊婦7名、夫2名）・保育2名

参加者からは「妊娠中に、余裕を持って知ることができて良かった」「久しぶりにゆったりできた」等の感想が寄せられ、目的とした内容が伝わったと思われる。

一方で、ホームページ、ツイッター、広報、ポスター掲示、個別通知、妊娠届出時の面接等、広く周知に努めたが、2回とも定員の32名に満たなかった。産後の大変さや理解の大切さについては少しずつ知られてきているものの、妊娠中は出産がゴールで産後までなかなか目が向きにくいこと、周知のための時間が短かったことが原因と考えられる。

3 団体、担当課の評価等 評価：◎よくできた ○できた △課題である

協働事業の評価の視点	団体		担当課	
	評価	コメント	評価	コメント
協働事業を行うにあたり、互いの情報等を共有できたか。	○	面談・電話等でこまめに連絡を取り合い、共有できた。協働推進課と健康増進センター、どちらと相談すべき内容なのか迷うことは時々あった。	◎	連絡を密に取ってお互いの動きや情報を確認し合い、情報共有した。

協働事業の目的を共有できたか。	◎	共有できた	◎	連絡を密に取り、目的を共有した。
協働事業の役割分担は適正だったか。	◎	適正だった	○	協定に基づき、ほぼ適正に実施した。
互いを尊重し、対等な立場で協働事業を実施できたか。	◎	対等に、協力し合いながら事業に取り組めた。	◎	協働事業の趣旨を理解し、事業を実施した。
協働したことにより、他の地域や市民へ広がりがみられたか。	◎	自団体の持つ告知方法のみならず、増進センター窓口等での告知もあり、広く周知できた。	○	ホームページやツイッター、広報、個別通知等に加え、団体のホームページ等にも掲載したことで、広く周知できた。

【団体の感想等】

親子対象の事業しか経験がなかったので、妊婦向け事業に取り組むにあたって、健康増進センターからの助言をいただけたのはとても貴重でした。しかし、その助言や協力をいただいてもなお、妊婦さんへの周知は難しいと感じました。

【担当課の感想等】

参加者は多くはなかったが、産後の心身について注目され始めた早い時期に、団体が持つノウハウと行政ができる周知等を活かしながら、新しい事業として実施することができた。今後の事業展開を考える中で、その必要性時期や方法等に生かしていきたい。

プレママに贈る産後ケア講座&音楽会の活動写真

◎第1回 平成29年7月8日(第1回): 針ヶ谷コミュニティセンター



産後ケア講座・・・骨盤の体操



産後ケア講座・・・2人組で話そう「産後プラン」
～どんな産後にしたい?～



音楽会・・・歌、ピアノ、フルートの生の音楽でゆったり♪



保育風景



希望者によるランチ会・反省会

◎第2回 平成29年11月12日（第2回）：ピアザ☆ふじみ



産後ケア講座・・・ムジカベベ代表から開催趣旨説明



産後ケア講座・・・体操



音楽会・・・胎教によさそうな歌、キーボード、フルート♪

様式第7号（第8条関係）

収 支 決 算 書

採択協働事業の名称 マタニティコンサート&産後ケア講座（仮）

1 収入の部

（単位 円）

科 目	予算額	決算額	摘 要
補助金	198,000	106,687	
参加費	32,000	10,500	①500円×12名 ②500円×9名
自己資金	0	19,500	
合 計	230,000	136,687	

2 支出の部

(単位 円)

科 目	予算額		決算額		摘 要
		うち補助対象額		うち補助対象額	
講師謝礼	60,000	60,000	60,000	60,000	3万×2回
講師交通費	10,000	10,000	1,700	1,700	①氷川台⇄みずほ台 800円 ②氷川台⇄ふじみ野 900円
印刷費	5,000	5,000	10,850	10,850	①チラシ 900部 6420円/地図デザイン料 540円 ②チラシ 1000部 3890円
参加者託児費	30,000	30,000	9,400	9,400	①6525円 ②2875円
託児担当者交通費	15,000	15,000	0	0	
託児担当者交通費 (リハ)	4,000	4,000	0	0	
団体内託児費 (リハ)	20,000	20,000	0	0	
団体内託児費 (当日)	20,000	20,000	2,500	2,500	①2500円 (リハ日含む)
託児担当者交通費	3,500	3,500	0	0	
メンバー交通費	10,500	10,500	2,700	2,700	②リハーサル・本番駐車場代 2700円
消耗品費	10,000	10,000	5,087	5,087	①画紙・クリアポケット 432円/コピー用紙 645円/演出用モール 972円/クリアポケット 540円/ラミネートフィルム・ブラ段ボール 1637円 ②画紙・クリアポケット 216円/コピー用紙 645円
著作権料	10,000	10,000	3,105	3,105	①1620円 ②1485円

役務費	0	0	494	494	振込手数料 172 円×2 ②プレスリリースファックス代 150 円
使用料・賃借料	0	0	1,010	1,010	楽譜コピー代 260 円/資料等印刷 150 円/リハーサル会場費 600 円
食糧費	0	0	9,841	9,841	①講師・ボランティアスタッフ 昼食 7040 円/講師飲料 108 円 ②講師・ボランティアスタッフ 昼食 2050 円/講師・ボランティアスタッフ飲料 643 円
出演者費用弁償	30,000	0	30,000	0	5 千円×出演者 3 名×2 回
講師昼食代	2,000	0	0	0	(食糧費欄へ)
合計	230,000	198,000	136,687	106,687	

楽しく子育てを
始めるために



第1回
プレママに贈る
産後ケア講座 & 音楽会

「0歳からの音楽会」を多数開催しているムジカベベによる、妊婦さんのためのイベント。産後ケアのスペシャリストを招き、産後の身体の変化やパートナーシップなどについてのお話をさせていただきます。マイナートラブル解消に役立つ体操など、身体も動かしながらの講座です。講座のあとはゆったりと生演奏を楽しみましょう♪ ランチ会もあります！

日 時 2017年 **7月8日 (土)**
午前10時30分～12時00分
(10時15分受付開始)
針ヶ谷コミュニティーセンター
場 所 みずほ台駅西口より徒歩約15分
対 象 妊婦さんとその家族
講 師 NPO法人マドレボニータ 吉田紫磨子さん
演 奏 うた 進藤麻衣・ ピアノ 白石真紀・フルート 坂井あい子
料 金 大人1人500円
定 員 32名 (先着順)
申 込 musicaybebe@gmail.com ※詳しくは裏面参照
主 催 ムジカベベ0歳からの音楽会
問い合わせ 富士見市健康増進センター 049-252-3771



メール送信画面
が開きます

次回予定 2017年11月12日 (日) @ピアザふじみ



プレママのための産後ケア講座 & 音楽会は
富士見市協働事業提案制度
平成28年度採択協働事業です

● スケジュール

受付 10:15-10:30

1 産後ケア講座 10:30-11:30

産後の女性にフォーカスしてフィットネス講座などを全国で開催しているNPO法人マドレボニータのインストラクター、吉田紫磨子先生による、妊婦さんのための講座。出産を経て女性の身体がどう変わるのか、パートナーとの関係は、などといったお話から、妊娠中のマイナートラブルに対応するセルフケアの体操なども教えていただきます。スカートやジーンズを避け、動きやすい服装でご参加ください。会場に着替えもできます。飲み物もお忘れなく。

2 音楽会 11:30-12:00

富士見市近隣在住のママ演奏家によるプレママのための音楽会。フルート、ピアノ、うたによる演奏をお楽しみください。「0歳からの音楽会」の体験版として、子ども向けのプログラムもすこしご用意します(*^^*)

3 ランチ会 12:00-12:45 ※自由参加

講師の吉田先生、出演者、ムジカベベのメンバー（ちょっとだけ先輩ママ?）、参加者のみなさんと共にお弁当を食べながらおしゃべりしましょう♪参加される方は昼食をお持ちください。

● アクセス

富士見市立 針ヶ谷コミュニティセンター3階 展示ギャラリー
富士見市針ヶ谷1-38
東武東上線みずほ台駅西口より徒歩約15分
駐車場 約40台 ※満車の可能性あり

● 持ち物

飲み物・昼食（ランチ会参加希望者）・動きやすい服装

● 保育

上のお子様がいいらっしゃる方は託児の手配が可能です。（1才以上、先着順）お子様の名前と年齢を添えてお申込みください。

● お申し込み

メールでお申込みください

件名 プレママ講座申し込み

本文 ① お名前（よみ）※ご家族も参加される場合は参加者全員のお名前

② 電話番号

③ メールアドレス

④ 託児希望の場合、お子様のお名前（よみ）、年齢

※先着順ですが、申し込み多数の場合は妊婦さんご本人を優先させていただきます



主催 ムジカベベ0歳からの音楽会

音楽を通して、楽しく子育てができる地域づくりに貢献したいと埼玉県富士見市を中心に活動している、ママたちの団体です。小さな子を連れて気軽に聴けるコンサート『0歳からの音楽会』を開催しています。メンバーは、全員が近隣在住の未就学児を持つママ。音大卒のプロの音楽家と、裏方を専門に担うメンバーとで構成されています。日々の活動の様子はFacebookで更新中。ぜひチェックしてみてください♪一緒に活動するメンバーも募集しています。

<http://musicaybebe.wix.com/musicaybebe>

<https://www.facebook.com/musicaybebe/>



講師
吉田紫磨子さん

NPO法人マドレボニータ認定
産後セルフケアインストラクター

1971年東京都板橋区生まれ。慶應義塾大学仏文科卒。第1子出産後に「産後うつ」を経験。マドレボニータの産後プログラムに出会い、体を動かすこと、パートナーと対話を重ねることで回復。産後のヘルスケア、パートナーシップの必要性を感じ、インストラクターに。産後ケア教室、マタニティケア教室、産院協働クラス、父親学級、両親学級、祖父母向け産後サポート講座、大学生向け産後講座を開催。2002,2006,2009,2012年出産。4児の母。著書『産褥記1〜3』（マドレブックス刊）、『産褥記』（KADOKAWA刊）



メール送信画面が開きます

お申し込み

musicaybebe@gmail.com

問い合わせ

049-252-3771（富士見市健康増進センター）

産む前に聞いておきた
かった!と二人目ママ
からの声多数!!

第2回

プレママに贈る 産後ケア講座&音楽会



妊娠中はゴールだと思っていたのに、予想外に大変だったりする、赤ちゃんが生まれた後の生活。身体の変化、パートナーとの関係、びっくりするほど低下する体力。出産後のそんなこんなはどう対処していくのかを、産後ケアのスペシャリストにお話しいただきます。妊娠中の今まさに困っている、腰痛などのマイナートラブル解消のための体操なども交え、とっても楽しくてタメになる講座。『すごーく良かった!勉強になりました。一人目産む前に知りたかったです...!』(第1回参加者より) 講座のあとは、ゆったりと生演奏をお腹の赤ちゃんと一緒に楽しみましょう。ランチ会では妊婦友達もできるかも!

11月12日(日)

日 時 2017年
午前10時30分~12時00分
(10時15分受付開始)

場 所 ピアザ☆ふじみ
ふじみ野駅東口よりすぐ

対 象 妊婦さんとそのパートナー

講 師 NPO法人マドレボニータ 吉田紫磨子さん

演 奏 者 うた 鈴木奈緒子・電子ピアノ 白石真紀・フルート 坂井あい子

料 金 大人1人500円

定 員 32名(先着順)

申 込 musicaybebe@gmail.com ※詳しくは裏面参照

主 催 ムジカベベ0歳からの音楽会

問い合わせ 富士見市健康増進センター 049-252-3771

プレパパ歓迎!
1歳以上の保育サービスも
あるよ!



前回の様子はこちら!



プレママのための産後ケア講座&音楽会は
富士見市協働事業提案制度
平成28年度採択協働事業です

お申し込み
お問い合わせ

musicaybebe@gmail.com
049-252-3771 (富士見市健康増進センター)

スケジュール

受付

10:15~10:30

※会場に着替えが必要な方は受付後、更衣室で着替えをすることができます。

1 産後ケア講座 10:30~11:30

産後の女性にフォーカスしてフィットネス講座などを全国で展開している NPO 法人マドレボニータのインストラクター、吉田紫磨子先生による、妊婦さんのための講座。出産を経て女性の身体がどう変わるのか、パートナーとの関係は、などといったお話から、妊娠中のマイナートラブルに対応するセルフケアの体操なども教えていただきます。
スカートやジーンズを避け、動きやすい服装でご参加ください。会場に着替えもできます。飲み物もお忘れなく。

2 音楽会 11:30~12:00

富士見市近隣在住のママ演奏家によるプレママのための音楽会。フルート、ピアノ、うたによる演奏をお楽しみください。
「0歳からの音楽会」の体験版として、子ども向けのプログラムもすこーしご用意します(*^^*)

3 ランチ会 12:00~12:45※自由参加

講師の吉田先生、出演者、ムジカベベのメンバー（ちょっとだけ先輩ママ?）、参加者のみなさんと共にお弁当を食べながらおしゃべりしましょう♪参加される方は昼食をお持ちください。



講師
吉田 紫磨子さん

NPO法人マドレボニータ認定
産後セルフケアインストラクター

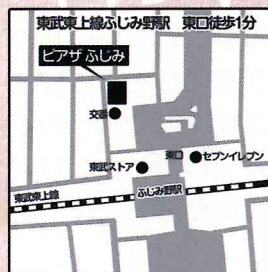
1971年東京都板橋区生まれ。慶應義塾大学仏文科卒。第1子出産後に「産後うつ」を経験。マドレボニータの産後プログラムに出会い、体を動かすこと、パートナーと対話を重ねることで回復。

産後のヘルスケア、パートナーシップの必要性を感じ、インストラクターに。産後ケア教室、マタニティケア教室、産院協働クラス、父親学級、両親学級、祖父母向け産後サポート講座、大学生向け産後講座を開催。

2002、2006、2009、2012年出産。4児の母。
著書『産褥記1~3』（マドレブックス刊）
『産褥記』（KADOKAWA刊）

アクセス

富士見市立ピアザ☆ふじみ
富士見市ふじみ野東1-16-6
東武東上線ふじみ野駅東口 ロータリーそば
※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください



持ち物

飲み物・昼食（ランチ会参加希望者）
動きやすい服装（スカート・ジーンズNG）

保育

上のお子様がいらっしゃる方は託児の手配が可能です（1歳以上、先着順）お子様の名前と年齢を添えてお申込みください

お申し込み

メールで musicaybebe@gmail.com へお申込みください

件名 プレママ講座申し込み

- 本文
- ①お名前（よみ）※ご家族も参加される場合は参加者全員のお名前
 - ②電話番号
 - ③メールアドレス
 - ④託児希望の場合、お子様のお名前（よみ）、年齢

※先着順ですが、申し込み多数の場合は妊婦さんご本人を優先させていただきます



前回の様子はこちら！

主催 ムジカベベ0歳からの音楽会

音楽を通して、楽しく子育てができる地域づくりに貢献したいと埼玉県富士見市を中心に活動している、ママたちの団体です。小さな子を連れて気軽に聴けるコンサート「0歳からの音楽会」を開催しています。メンバーは、全員が近隣在住の未就学児を持つママ。音大卒のプロの音楽家と、裏方を専門に担うメンバーとで構成されています。日々の活動の様子はFacebookで更新中。ぜひチェックしてみてください♪一緒に活動するメンバーも募集しています。



<http://musicaybebe.wix.com/musicaybebe>

<https://www.facebook.com/musicaybebe/>