

VoL.20



高知家

令和6年度地域女性活躍推進交付金事業

NPO 法人 GIFT が高知県から受託して運営しています。

がんばっている女性に
ごほうびな時間を。



voL.20

心と身体がラクになる ～助産師が伝える産後ケアの大切さ～

とき：11月26日（火）10:00～12:00（開場 9:45～）

会場：高知県立青少年センター 本館会議室C

香南市野市町西野 303-1

予約制

物部川エリア
香南市
VOL.20



予約申込フォーム

対象者 女性（高知県内にお住まいの方）

定員 20名

参加費 無料 **託児** 無料（要予約）※託児が必要な方は申込時にお知らせください

お問合せ＆申し込み先 NPO 法人 GIFT（詳細は裏面）

※お菓子の準備がありますので、ご予約をお願いします。

※お申し込みフォームからが簡単です。

お話のテーマ

心と身体がラクになる
～助産師が伝える産後ケアの大切さ～



たかしま あき
講師：高嶋 愛希 さん

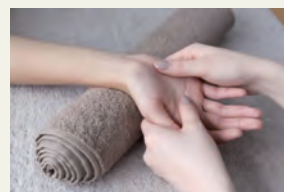
妊娠・出産・産後のサポートは
もちろん、女性のライフステー
ジ全般にわたる健康と心のケア
をサポートします。

助産師・看護師・保健師
香南市訪問型助産院 ゆいま～る院長

癒しのブース

お話の後、
自由に体験できます♪

無料 ハンドもみほぐし



ハンドもみほぐしで日々の
疲れた心と身体に癒しを。

詳細は
裏面へ



「ごほうびカフェ」は、癒し体験とおしゃべりで
いろんな悩みをリセットできるスペシャルなカフェです。

お話を聞いて茶話会 & 癒しのブース、体験ワークショップ、親子で参加イベントなどを予定しています。

高知県にお住まいの女性なら、どの会場でも、何回でも参加できます。

あなた好みのカフェにお越しください！



ごほうびカフェには、さまざまな悩み相談のエキスパートも参加いたします。
個別で話せる相談ブースもご用意しています。

例えば

- ・恋愛に関して悩んでいる
- ・キャリアアップに悩んでいる
- ・子育てや親の介護と仕事の両立に疲れた
- ・子育ての悩み
- ・夫が協力的じゃない
- ・お姑さんとの関係が微妙
- ・1人での生活が不安

などなど…

予約制



開催予定

11月：土佐清水市、四万十市、
四万十町、香南市

12月：土佐町

1月：香南市、田野町

2月：南国市

※イベント情報は内容が決まり次第、ホームページやSNSで情報を発信していきます。各イベントの詳細はホームページ・チラシでご確認ください。



ごほうびカフェ
HP



ごほうびカフェ
LINE



ごほうびカフェ
Instagram

お申し込みの詳細

対象者 女性（高知県内にお住まいの方） 定員 20名 参加費 無料

託児 無料（要予約）※託児が必要な方は申込時にお知らせください。

お問合せ & 申し込み先 NPO 法人 GIFT

予約専用 TEL：070-8494-8435 予約専用 E-mail：npogift2024@gmail.com

お申し込みの際に、参加を希望される①「ごほうびカフェ」の番号とイベント名、②住所、
③氏名、④連絡の取りやすい電話番号（自宅 / 携帯）、⑤託児の有無をお知らせください。

物部川エリア
香南市
VOL.20



予約申込フォーム