

子育て家庭を地域で支える 4つのワークショップ

専門家といっしょに、暮らしのヒントを見つける11月。

参加費 500円

定員 各回 15名

4つのワークショップ共通

1 助産師と学ぶ 赤ちゃんの「楽しく食べる」を みんなで支えるワークショップ

日時 11/18 (水) 10:30～11:30
+Q&A 30分程度

会場 世田谷区役所 区民交流室C

講師 助産師
川崎 麻希子・坂原 叔子



申込フォーム
10/18～受付開始
フォームは10/18公開

離乳食を始める前後のご家族や、赤ちゃんの子育てを支える方へ。食べないときの対応などを助産師と一緒に学びます。ママだけでなく、赤ちゃんを囲むみんなで「楽しく食べる」を支えるワークショップです。

2 なんね専門家と学ぶ 赤ちゃんの睡眠と 生活リズムワークショップ

日時 11/23 (祝) 10:00～11:00
+Q&A 30分程度

会場 世田谷区役所 区民交流室C

講師 なんね専門家
柳澤 あや



申込フォーム
10/23～受付開始
フォームは10/23公開

赤ちゃんの睡眠には、大人とは違う特徴があります。月齢に合わせた生活リズムや、夜泣き・寝かしつけについて、なんねの専門家がわかりやすくお伝えします。毎日のねんねを少しラクにするヒントを、みんなで見つけましょう。

3 産後ケア助産師と学ぶ 家族みんなの新生活準備 ワークショップ

日時 11/25 (水) 10:30～11:30
+Q&A 30分程度

会場 世田谷区役所 区民交流室C

講師 産後ケア助産師
川崎 麻希子



申込フォーム
10/25～受付開始
フォームは10/25公開

職場復帰や保育園生活など、新しい暮らしを迎えるご家族へ。授乳・卒乳・離乳食など気になることを産後ケア助産師と一緒に考えます。家族だけで抱えず、地域とつながって新生活の準備を支えるワークショップです。

4 片付け専門家と学ぶ 家族に合わせて暮らしを アップデート！ワークショップ

日時 11/5 (木) 13:00～14:00
+Q&A 30分程度

会場 世田谷区役所 区民交流室C

講師 整理収納アドバイザー1級
権守 朋子



申込フォーム
10/5～受付開始
フォームは10/5公開

赤ちゃんが生まれて家族が増えたタイミングを例に、今の家族に合った暮らしの整え方を整理収納アドバイザー（1級）から学びます。地域と一緒に、子育てしやすい暮らしを考えるワークショップです。

お申し込み受付中

※ ご予約は各回の開催日の1ヶ月前から受付を開始します。

- 参加したいワークショップのQRから申し込みフォームを送信してください。
- 送信後、SOPH公式LINEへ「お申し込みされた方のお名前」をお送りください。
- 確認後、公式LINEより参加確定枠をご連絡。参加確定メッセージで予約確定です。



SOPH公式LINE

主催：SOPH

こまざわこそだて部

Seeds Of Parenting Happiness



Instagram

@soph_for_parents

※ 本チラシの内容は変更となる場合があります。

最新情報は SOPH公式LINE・Instagram をご確認ください。

『令和8年度（2026年度）世田谷区地域の絆連携活性化事業』の補助を受けています

講師紹介

暮らしに寄り添う、4人の専門家といっしょに。



川崎 麻希子 かわさき まきこ

助産師

授乳や離乳食の支援に長く携わり、現在は産後ケア施設に従事。「ガイドはするけど操作はしない」をモットーに、子育て中の葛藤に寄り添い、共に解決の糸口を探ります。

① 離乳食

③ 新生活準備



Instagram

@mwamenouzume



柳澤 あや やなぎさわ あや

ねんね専門家

寝かしつけ相談所の代表として、これまで600件以上の睡眠相談に対応。夜泣きや寝かしつけに悩むご家族に寄りそいながら、お子さまにあった改善方法をお伝えしています。

② 睡眠と生活リズム



寝かしつけ相談所

ウェブサイト



坂原 叔子 さかはら しゅくこ

助産師／骨盤軸整体アドバンスインストラクター

産前産後のママの「困った」「聞きたい」に寄り添い、世田谷区で訪問ケア。授乳・ごはん・子育ての悩みをサポートします。

① 離乳食



Instagram

@shuku_mw



権守 朋子 ごんのかみ ともこ

整理収納アドバイザー1級

世田谷区の整理収納アドバイザー（1級）。訪問サポートは1260時間以上。二児の母として、親子の笑顔と時間が増える、無理なく続くおかたづけを提案します。

④ 片付け



ごんちゃんとおかたづけ

ウェブサイト

アクセス



会場 世田谷区役所

住所 〒154-8504 東京都世田谷区世田谷4-21-27

交通 東急世田谷線 松陰神社前駅・世田谷駅 徒歩5分程度

SOPHについて

自分のままでいられる子育てを、日常のなかに。

SOPH (Seeds Of Parenting Happiness / こまざわこそだて部) は、世田谷・駒沢を拠点に活動する子育て支援団体です。親が穏やかに笑える日々が、子どもの幸せの土壌になる——そんな願いから、親も子も気軽に集い、地域でともに子育てを支え合える場づくりを続けています。



SOPH公式Instagram

@soph_for_parents

主催：SOPH

こまざわこそだて部

Seeds Of Parenting Happiness

※ 本チラシの内容は変更となる場合があります。

最新情報は SOPH公式LINE・Instagram をご確認ください。

『令和8年度（2026年度）世田谷区地域の絆連携活性化事業』の補助を受けています