

いま、女性の身体に何が起きているのか？

次世代の助産師を育成する

佐藤 香代 先生が語る

# 現代女性の食・ココロ・カラダ

福岡市では1996年から、妊婦さんに絶大な支持を得ている「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」というレッスンが開催されています。

このマザークラスに参加した皆さんは、食が変わり、その食の変化は家族の健康にも影響を与えています。また身体感覚に沿った赤ちゃんとの対話や子育てができ、心から育児を楽しむことができるようになるそうです。さらに卒業生の中には、自然食のお店を開業したり、母子を支える活動をする方も多く、自分の幸せを誰かに分け与えたいという気持ちになるそうです。

いったいどうしてなのでしょう？ なぜ「世にも珍しい」のでしょうか？

この講演会では、マザークラスを主催するフムフムネットワーク主宰の佐藤香代先生に、このマザークラスの活動のお話を含め、現代の女性に必要な健康ケアについてお話いただきます。

妊婦の方はもちろん、これから結婚・妊娠・出産・子育てを迎える方、そしてご主人やお子さんも一緒に聴いていただきたいお話です。また助産院や健康に関わるお仕事の方にも、今後の参考になると思いますので、多くの方のご参加をお待ちしております。

7/21  
Sat  
東京

会場

日本CI協会

池尻大橋駅より徒歩3分

10/28  
Sun  
大阪

会場

新大阪  
丸ビル

新大阪駅より徒歩2分

2019年  
2/24  
Sun  
福岡

会場

大博多  
ビル

博多駅より徒歩7分

## 講演内容

- ・周産期を取り巻く課題：  
マタニティブルー、産後うつ病、児童虐待、自殺・・・  
今、なぜ、このような問題が起きているの？
- ・女性の身体は危うい・・・  
今、女性の身体に起きていること
- ・本来、女性の身体は賢い。  
自らの身体と対話をし、賢い身体をとり戻す
- ・子どもが可愛い・育児が楽しい・幸せな母子の絆をつくる  
仕掛（妊婦教育）とは？
- ・すべてが皆、つながっている・・・

※講演内容は変わることがあります。



国際医療福祉大学 次世代育成看護学領域  
大学院 助産学分野

講演者

佐藤 香代 教授

時間

13:30～16:30 (各回)

(開場：12:30)

お弁当をご持参の場合、会場で食べられます。

受講料

当協会 会員 2,500円 (各回)  
一般 3,000円

定員

各60名

協賛：株式会社ビーアンドエス・コーポレーション  
オーサワジャパン株式会社

<講演者プロフィール>

福岡県立大学看護学部 学部長・同大学院 看護学研究科長を経て現職。九州大学大学院法学研究科修了：修士(法学)。テムズバリー大学大学院 助産学研究科 (英国) 留学。北里大学大学院看護学研究科修了：博士(看護学)。インド、中国、韓国、タイで、女性の一生の健康をサポートする研究を行っており、特に身体感覚に焦点を当てた健康ケアモデルの開発と展開が中心である。

ホームページからもお申し込みいただけます！ [www.ci-kyokai.jp](http://www.ci-kyokai.jp)

日本CI協会 東京都目黒区東山三丁目1番6号 電話：0120-306-193 / Fax：0120-306-293

## 佐藤香代先生の活動「マザークラス」について

(日本 CI 協会発行の機関誌「マクロビオティック」4月号より)

フムフムネットワークは 1994 年に福岡で産声を上げました。性と生殖を通して、女性が自由な生き方を選択し尊重される社会を目指す活動のため、助産師が中心になってつくられたものです。当時の母親学級は、講義中心の知識伝達型教育が一般的でした。しかし、「知識は得たが、自分の出産には何も役に立たなかった」「もう二度と産みたくない」という女性の声を耳にするにつれ、母親学級は果たして産む女性の役に立っているのか、大きな疑問でした。そこで助産師たちが、自分たちの納得がいくオリジナリティのあるものをつくろうと話し合い、「これこそ自分たちの求めていたもの」「どこにもない!」と確信したのが、この「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」なのです。



マザークラス②の様子(重ね煮の実演)

### マザークラス レッソンの一例

- ①息を感じる 触って感じる  
【呼吸、出会いゲーム】
- ②食で感じるわたしのからだ  
【クイズ、食の話】
- ③からだの智慧で産み・育てる  
【お産体験】
- ④アロマで感じる私のからだ  
においとふれるで快を感じる  
【アロママッサージ】
- ⑤音に響くからだでわたしを知る  
【癒しの音色・修了式】
- ⑥産んだわたしのからだと生まれた赤ちゃん  
【同窓会】

現在も助産師や学生、マザークラス卒業生の母親と共に企画を練り、このクラスを大切に育てています。何よりも参加者が母親としてたくましく成長し、妊娠や出産、育児を心から楽しんでいる様子を見るのが私たちの喜びです。よろしければ皆様もぜひご参加ください。「世にも」の魔法にかかること請け合いです!お会いできることを楽しみにしています。

### 2018年マザークラスのご案内

日程: 8月30日、9月6日、13日、20日、27日の全5回。  
会場: 国際医療福祉大学 大学院2号館(福岡市早良区)

※詳細は日本 CI 協会ホームページ内の佐藤香代先生講演会ページに掲載しています。 URL: <http://www.ci-kyokai.jp>

## ◆お申込み方法と当日までの流れ

### お申込み先

TEL 0120-306-193

FAX 0120-306-293

#### お申込み

電話・FAX  
インターネット



#### お支払い

会員の方は、月刊誌に同封の  
払込用紙をご利用ください。



#### 入場ハガキ郵送

お支払い確認済みの方へ  
講演会10日前より入場ハガキ  
(地図入り)を郵送します。



#### 当日

受付に入場ハガキを  
お渡しください。

■一般の方は下記へお支払いください。

### 振込先

郵便振替口座: 00100-3-194125 加入者名: 日本CI協会

お振込みの際は、通信欄に講演日と「佐藤先生講演会」をご記入ください。手数料はお客様負担をお願いします。

### <注意事項>

※定員に達した時点で締め切りとさせていただきますが、状況により定員が増えることがあります。その際はイス席のみとなる場合があります。あらかじめご了承ください。

※乳幼児連れでの受講はご遠慮ください。

※当日の開場・開会・閉会時間は、多少前後する場合があります。あらかじめご了承ください。

※講演の撮影・録画・録音はご遠慮ください。

佐藤香代先生講演会の途中に、  
乳酸菌生成エキスのご紹介が  
あります。  
また、会場で試飲ができます。



植物性  
せいせい  
乳酸菌生成エキス  
マクロビオティック リプリメント  
Macrobiotic Supplement

あなたのオリジナル乳酸菌をしっかりサポート。  
豆乳で発酵させた乳酸菌の恵みをお届けします。