

産前産後ケア
あっぷる
Special企画

上映会企画!!

10/26(日)

10:00-12:00

川並地区センターホール

ママをやめても
いいですか!?



「超」ハッピー
子育て
私たちの



ドタバタで
プンプン
ハラハラな

休暇届



あっぷる
からの
メッセージ

子育てに疲れ「ママをやめたい」と思っても言えず、
悩みを抱えるママは少なくありません。
思い通りにいかず、子どもや夫にぶつけてしまい
「こんなはずじゃなかった」と感じることもあるでしょう。
あっぷるは、そんなママに「ケアの大切さ」を伝えています。
映画を通して本音を受けとめ、自分の気持ちに気づき、
「頼りたい・甘えたい・助けてほしい」と
素直に思える時間を大切にします。
ママ、自分を大切にできていますか?
あっぷるはすべてのママの協力サポーターです。

田中屋せんべいさんの試食もあるよ!



日付:10月26日(日) 10:00-12:00

タイムスケジュール: 9:30 受付開始

10:00 映画上映開始(1時間32分)

11:40 終了・交流タイム

12:00 閉会

場所:川並地区センターホール(岐阜県大垣市古宮町1537)

参加費:大人(中学生以上) 500円 / 小学生以下 無料

定員:60名(小学生は2人で1名分としてカウント) ※先着順で受付

持ち物:水分、おやつ(こぼれにくいもの)、お子さんに必要なもの



上映会
お申込み

公式LINEメニューより
お申込みフォームへお進み下さい。
(定員に達し次第締切ます)
キャンセルされる場合やご連絡等はLINにてご連絡下さい。



あっぷる
公式HP



令和7年度 大垣市市民活動助成事業
主催:産前産後ケアあっぷる
後援:大垣市

産前産後ケア
あっぷる
Special企画

上映会企画!!

ママをやめても
いいですか!?

子育てに奮闘するすべてのママへ

大丈夫あなたはひとりじゃない



笑って泣ける共感度2000%の
子育てエンターテインメント映画

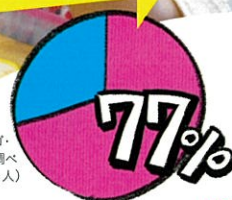
STORY

大切に愛おしい。だからこそ、ときどき苦しい。
産後うつを乗り越えて、新たな命の誕生を迎えるママ
母の産後うつによる自死と、その傷に向き合うママ
我が子を抱きしめることができないママ…
子育てに奮闘する家族は、
それぞれどんな答えを見つけ、歩んでゆくのでしょうか。



一度でも「ママやめ」したいと
思ったことのあるママ

※インディゴ・
フィルムズ調べ
(回答数391人)



思わず手をのびて笑って
声を出して泣いて
うんうんと共感しちゃう!

映画を観たとき、一人の父親としてとて
も感動しました。本当にお母さんたち
は頑張っている! 完璧なお母さんにな
る必要はありません。少しでも楽しい子
育てができますように。

——大泉洋



◀◀大泉洋さんの
ナレーションをチョイ見せ!
予告編もこちらから

おおがき
産後ケア
あっぷる講座

色んな講座を行っています!
お子さんと気軽にご参加下さい!

下記の講座お申込みはこちらです!
複数日申し込み可能(定員に達し次第締切ます)
キャンセルされる場合はお申し込み後に届く返信メールに直接ご連絡下さい。



おおがき産後ケアの日

あっぷる講座の日

- ① 10/1 (水) 「ふれあいのチカラ
～わらべうた×ベビーマッサージで
赤ちゃんの可能性を引き出そう～」
- ② 11/5 (水) 「子どもの救急法」
- ③ 12/3 (水) 「子どもの歯のケアと歯並び」
- ④ 2/4 (水) 「産後の脳の変化と夫婦のコミュニケーション」

- ⑤ 10/29 (水) おおがき離乳食の日
「こどもと家族のお家ごはんのおはなし」
～もっと楽しく!もっと美味しく!
取り分けごはんのスズメ～
- ⑥ 1/21 (水) おおがきmama育®の日
「イライラドッカーン!と向き合って
幸せな子育てへの第一歩!」
～忙しくても大切にしたい子育てポイント伝授!!～
- ⑦ 1/25 (日) おおがき赤ちゃんおいでの日
「妊娠準備に必要な7か条」

会場

大垣市綾里地区センター
(岐阜県大垣市綾野6丁目111-1)

参加費:1,500円(現金でお釣りのないようご準備ください) ※紹介割有(詳細はお申し込みフォームにてご確認ください。)
離乳食の日は、材料費で500円追加となります。(ご夫婦でいらっしゃる場合は、材料費のみ追加)
定員:①～④各回20組 / ⑤～⑦各回10組