

○Mom's Lounge が目指す活動

Mom's Lounge は旧「産前産後ヨガサークル BMH」のメンバーが集まり新たに結成した育児サークルです。BMH はヨガを主体としたサークルとして、「Baby」（赤ちゃん）と「Mother」（ママ）の Happiness（幸せ）を願って活動してきました。Mom's Lounge では、BMH に込めた思いに加え、「ママのくつろげる居場所」として、ママが子育てを楽しめる場を作っていきたいと考えています。そのため、妊娠～産後の心と体を整えるのに役立つ産前産後ヨガは継続しつつ、ヨガ以外にもメンバー自身が主体となって様々な講座・イベントを考え、また参加し、またサークル運営に関わることで、仲間と一緒にやりがいを見つけて楽しんでいくことを目的にして活動します。

講師も子連れでの参加を基本としておりますので、一般的に行われている講座やスタジオでのヨガのような高質なレッスンはできないこともあると思いますが、ご了承ください。

○活動日・活動時間・場所について

①通常講座・イベント

講座は2～3回/月、イベントは1回/2か月程度で計画します。日時は講師が設定するため、不定期となります。場所は横須賀市内のコミュニティセンター、時間帯は平日 9:30～11:30 頃となりますが、場所の関係上、午後（15:30～17:30 頃）や休日になることもあります。1 講座 60 分を基本とします。

②コラボイベント

貸しスペースなどのオープンな場所を利用し、複数の講師が一つの会場で参加型のブースを出し合います。数か月に1回程度で計画していきます。

③ランチ会

講座・イベント終了後に任意で計画します。

○対象について

通常講座・イベントは、子育て又は妊娠中の女性とのお子さま（小学生以下）向けとします。初回参加時に会員登録が必要です。また、参加者の家族・友人（女性に限る）の同伴は可能です。安全のため、首の座っていない赤ちゃんをお連れの場合はお申し出ください。コラボイベントはどなたでもご参加いただけます（会員登録不要）。

ヨガについては、「産前産後ヨガ」は20歳以上の健康な女性（妊娠中の方は16週以降で医師の許可を得られた方）を対象とします。「産後ヨガ」の場合は、妊婦さんの参加はご遠慮いただいております。

講師の要件については講師用規約をご覧ください。

○会員登録と申し込みについて

会員登録用紙の記入をもって登録とさせていただきます。会員の住所・氏名・年齢については、サークル会員としてコミュニティセンターに登録させていただきます。会員登録後、希望者についてはLINE グループに招待します。退会は口頭・メールでのご連絡又はLINE グループからの退会で結構です。

LINE グループ及びFacebook で、前月25日頃までに翌月の日程をご案内します。ご案内の後、先着順で受付を開始しますので、LINE グループ又はメールでお申し込みください。締め切りは講座・イベントの前日までとします。

○会費について

1 講座受講ごとに1回300円を基本とします。ただし、別途材料費などの実費（300円以内）が加わることがあります。入会・退会、キャンセルの料金はかかりません。ヨガマットのレンタルは1回100円となります。

○安全管理と同意書について

講師一同、安全には細心の注意を払って講座を開催していきますが、サークルでは経費の関係で保険等に入ることができません。危険な活動は行いませんが、日常生活で起こる転倒などのけがは起こりうると考えておりますので、十分な注意と個人の責任でのご参加をお願いします。会員登録時に同意書の記入をお願いいたします。

○写真の撮影と取扱いについて

活動の記録として、レッスン中の写真を撮影することがあります。また、いい写真があれば会員にお渡ししたり、一部ホームページや広告に使ったりする場合があります。

このため、撮影した写真については、サークルの他のメンバーの方に見られたり、一緒に写っている方にお渡ししたりすることがありますので、写真撮影をされたくない、他の方との共有はしたくないという方は、あらかじめ申し出てください。インターネット上（LINE グループ含む。）に掲載する場合や広告に使用する場合は、必ず写っている方全員（お子様の場合は保護者の方）にお声掛けし、許可を得た場合のみとします。

写真をお渡しした場合については、他の方と一緒に写っているものを別の人に渡したり、許可なくインターネット上に掲載したりする行為はご遠慮ください。

○個人情報の取り扱いについて

サークルが知りえた個人情報については厳重に管理し、サークル内でのご連絡やご案内、レッスン構成の参考以外の目的では使用しません。SNS などには、許可なく個人名（ニックネーム含む）や個人に関する内容は投稿しません。

○LINE の利用について

講座・イベントの受付手続きや連絡のため、LINE グループを作成しています。写真の共有や連絡などにご利用ください。面識のない他のメンバーも参加しておりますので、他人のアカウントの不正利用、サークルとは関係ない私的会話、他者の誹謗中傷などの悪質な書き込みはお控えください。写真や個人情報の取り扱いについては、上記のルールに従ってお願いいたします。また、グループへの招待は講師が行いますので、許可なく招待しないようお願いいたします。LINE によるレッスン申し込み方法は、別紙又は LINE グループのノートをご確認ください。

○インターネット・SNS の利用及び広告について

外部への会員募集のため、ホームページ、Facebook、Instagram などを利用します。活動風景の文章や許可を得た写真を掲載していきます。また、チラシやポスターを作成し、市内に配布することもあります。

○その他…楽しいサークル活動になるよう、会員皆さまのご理解・ご協力をお願いいたします。

- ・保育はありませんので、お子さまから目を離さないようお願いいたします。危険な状態が発生した場合には、講座・イベントを中止することもあります。他のお子さまが危険な状態の場合にも、お声掛けや注意をお願いします。また、そのような注意は善意によるものですので、自分のお子さまに注意を行った方への抗議等の行為はおやめください。
- ・災害発生時は講師の指示に従って避難してください。
- ・感染症予防のため、体調の悪い時はお休みいただくようお願いいたします。（同伴のお子さまの体調が悪い時も含む。）
- ・お子さま連れの方は、お子さまのお世話に必要なものをお持ちください。おもちゃは、他のお子さまが触れたり口に入れたりする可能性もありますので、赤ちゃんの口に入らない大きさの物にお名前や目印をつけてお持ちください。
- ・食べ物をお子さまにあげる場合は、必ずお子さまの保護者にあげても大丈夫か確認してください。
- ・ゴミは施設のトイレなどには捨てず、お持ち帰りいただくようお願いいたします。また、お時間に余裕のある方は、会場準備・清掃等のお手伝いをお願いします。
- ・欠席の連絡は、当日の講師に直接ご連絡をお願いいたします。