

パパ講座

産前・産後の心と体の変化

産前・産後の時期の女性は、心も体も大きく変化をしています。産前は新しい家族を迎える喜びと同時に、これからの出産や育児への不安を抱える人もいます。出産後は体のホルモンバランスの変化の影響と、慣れない育児への不安や赤ちゃんのお世話のために睡眠も不足がちで、10人に1人は産後うつとのデータもあります。

このパパ講座を通して、産前・産後の時期をどうパートナーと二人三脚で乗り切るかのヒントをもらい、夫力をアップしましょう



- 開催日：** 平成27年 7月18日(土) 10:30~12:00
- 会場：** 青葉区地域子育て支援拠点 ラフル 研修室
- 対象：** ・パートナーが妊娠中の方(プレパパ) ・お子さんが1歳までの父親
- 定員：** 先着15名
- 内容：**
- ♥「産前・産後の心と体の変化」… 助産師
 - ♥「横浜の産み育てを考える会」の活動から見えて来る「子育ての現状」
… 横浜の産み育てを考える会 代表：金子美津子さん
 - ♥ 全体を通しての質疑応答
- 申込受付：** 平成27年 6月16日(火) 10時から
ラフル受付に直接、又は電話で



【申込み・問い合わせ先】

青葉区地域子育て支援拠点ラフル 担当：寺山
事務室 〒227-0062
青葉区青葉台1-4 6階
Tel：045-981-3306
開所時間：火曜～土曜日 9：00～17：00（祝日は休み）

*青葉区地域子育て支援拠点は、青葉区の委託を受けて、特定非営利活動法人ワーカーズ・コレクティブ パレットが区との協働で運営しています。(パレットのHP <http://www.palette2000.com>)

