

# ココロとからだ講座

2回連続講座

身体のトラブル、心の変化、パートナーとの関係。  
産後に起こるさまざまな出来事に、疲れてしまうママも少なくありません。  
家族で幸せな生活を送るために、出産の先に続く、産後の生活について考えます。

**会場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム**

**第1・第2研修室**

**対象：産前産後の女性とその家族、もしくは支援者**

**一時保育：あり**（1歳半～就学前幼児・事前予約必要）

\*1歳半未満のお子さんと一緒にご参加いただけます。

**参加費  
無料**

**定員/20人**



平成28年

3/5 土

14:00～16:00

## 知って安心、産後のココロとカラダ

産後に起こる心や身体の変化について知り、安心の産後ライフを過ごしましょう。



1人目の出産、  
2人目の出産、  
産後は  
それぞれ違います。

もりた てる

**講師：森田 輝さん**（助産師）

訪問専門の開業助産師。大学卒業後、金融会社就職。退職後、自宅で助産院を開業していた祖母の影響で看護師、助産師の資格を取得。2児の子育てをしながら産婦人科、助産所勤務後、開業。西宮市委託新生児訪問、乳房ケア、子育てひろばの開催等も行っている。妊娠期・子育て期に関する講座講師、ベビーマッサージ講師。

平成28年

3/12 土

14:00～16:00

## 夫が語る産後のリアル！ 出産からのママとパパのコミュニケーション

赤ちゃんで、生活が一変する！？産後の夫婦が当たる壁がある！？  
どんな時も、楽しく子育てを続けるためにできることをお聞きします。



あがわ ゆうた

**講師：阿川勇太さん**（保健師、NPO法人ファザーリング・ジャパン関西メンバー）

幼少期における障害を持った叔母との関わりや、自身の通院が多かったことをきっかけに、看護師をめざす。大阪府立大学看護学部卒業後、小児科看護師として就職。その後、大東市の保健師として勤務。より地域の中で小児保健や育児支援をしたいという思いから、平成27年4月より保育園の保健師として、子ども達の健康と発達支援、育児支援等を行う。ファザーリング・ジャパン関西では、子育てセミナーの講演、父親の子どもとの関わり方の講座等を担当。

# 平成 27 年度 こころとからだ講座

- 日 時：平成 28 年 3 月 5 日 (土) 午後 2 時～4 時  
平成 28 年 3 月 12 日 (土) 午後 2 時～4 時
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム  
第 1・第 2 研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の産前産後の女性とその  
家族、もしくは支援者 20 人
- 参加費：無料
- 一時保育：1 歳半～就学前幼児 定員 10 人、ひとり 200 円  
(申込先着順・開催日の 1 週間前までに要予約)  
※ 1 歳半未満のお子さんは一緒にご参加いただけます。
- 申込方法：  
ハガキ、FAX、メールに講座名「こころとからだ講座」受講  
動機、住所、氏名、電話番号、FAX 番号、希望日、保育の有無 (子  
どもの氏名・生年月日) を記入し、下記までお申し込みくださ  
い。イコーラムHPからも申込可能です。
- 申込締切：平成 28 年 2 月 27 日 (土) 必着  
※ 申込多数の場合は抽選

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム  
(近鉄奈良線 若江岩田駅前 希来里ビル施設棟 6F)



## ★ お申し込み・お問い合わせ ★

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

Tel 072-960-9201 / Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com

URL <http://www.ikoramu.com>

## こころとからだ講座 申込フォーム

## 東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

ふりがな				職 業	
氏 名				年 代	歳代
住 所					
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	F A X	(勤務先・自宅)		
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)				
出席予定	2回出席できる ・ 欠席予定がある [ 欠席予定 3/5 ・ 3/12 ]				
参加動機					
(1歳半未満) 一緒に参加	年 齢	歳	ヶ月		
(1歳半～就学前幼児) 一時保育 希 望	有 ・ 無	(ふりがな) ----- (お子様のお名前)	生年月日	年	月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

**FAX 072-960-9207**