

～ママの心に寄り添い、支えるために～ プレパパ ワークショップ



※こちらの教室は立ち合い出産希望の方向けの「両親教室」とは異なります。

1. ママの変化と家族のこれから ワーク① 父親って何だろう？

妊娠・出産・子育て真っ最中のママは、どのような状態なのでしょう？夫婦から赤ちゃんが生まれて家族になっていくかけがえのない時期。これからの数年間どのような変化が待ち受けているのかについて具体的にお話しします。



2. 産後のママの支え方(パパの役割)

ワーク② 愛情交換

ママを上手にサポートして一層絆が深められるように、夫として、父親としてどのようにすると良いのかお話しします。

3. 支援を得よう

ワーク③ コミュニケーション法を使って打ち明けてみよう

大変な時はママだけ、夫婦だけで抱え込まずに、色々な支援も利用しましょう。申請方法や料金も含めて具体的にお伝えします。



パパの声

産後に何をすべきか具体的に知ることができて心づもりができた。

夫として父としてどうしたら良いのか、そうすることでどんな良いことにつながるのかが分かって勉強になった。

とても大事なワークショップだと思います。



ママの声

言いたくても言いにくいことを代弁してもらえて安心した。

パパに産後の変化について知ってもらえてよかった。

夫婦で大事なことを話し合えてよかった。

100% 良かった

アンケート結果：令和6年6月から11月まで6回開催 50組100人の参加