

参加無料

Part3 妊娠編

安心して赤ちゃんを迎えるための 基礎知識 (妊娠する?とマタニティライフ)



妊娠したい・今は妊娠したくない・・・「赤ちゃんは授かりもの」と言うけれど、一生を考えた時、「赤ちゃんをいつ産むか」「いつ親になるか」は大きな選択となります。自分の人生設計や、パートナーとの交際、SEXや人間関係、性の健康なども含めて、「自分とパートナーの力を、ともに発揮するためには何が大切なのか」をみんなで考えたり感じたりしていきましょう。

妊娠するとどうなるの?赤ちゃんが生まれるとどんな生活になる?妊娠前や妊娠中にどうすれば元気な赤ちゃんと産後の生活を送れるの?将来を想像して今からできることに挑戦してみましよう。(塩津朋子)

10/23 (日)

10～12時

①妊娠する?編
身体と心を整えて妊娠しやすい生活とは?
妊娠しないためにはどうすればいい?
愛しているとSEXするのは当たり前? など
～みんなの安心を求めて～

11/27 (日)

10～12時

②マタニティライフ編
妊娠中は何に気を付ければいいの?
赤ちゃんはどんな力をもっている?
出産・産後を楽しむにはどうすればいい?
～安心できる生活を求めて～

案内人：塩津朋子(助産師/グローアップルームぱる主宰)

会場：ZOOMによるオンライン開催

参加対象：どなたでもご参加ください。 定員：先着50名

お問合せ・お申し込み：岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」まで

主催：CAPプロジェクトおかやま・岡山市

FAX 送信先 

086-803-3344 さんかく岡山 岡山市男女共同参画社会推進センター

[お申込み・お問合せ先] **さんかく岡山** TEL : 086-803-3355/ E-mail:sankaku@city.okayama.lg.jp
お電話でも、メールでも受け付けています。

「市民協働事業」は、「さんかく岡山」の登録団体等から提案された企画案をもとに、市民グループと岡山市が協働して実施する事業です。

安心できるパートナーと紡ぐ～妊娠・出産・子育て～ ● **FAX申込書** ●

ふりがな
お名前: ※ご希望日に○をお付けください。

- ① 10/23・11/27
- ② 10/23・11/27

電子申し込みはこちらから⇒



●メールアドレス (ZOOM の ID/パスコード送付用): _____ @

●お電話番号 (急なご連絡にのみ、使用.): (_____) - _____ -

●ご職業等 (勤務先・所属等もあれば…): _____

CAP プロジェクトおかやまイベント情報

★「女性と子どもの支援のための知っておきたい基礎講座 (全6日)」11/12・11/19・12/3・1/14・1/21・1/29 (全日10～12時/13～15時) 最終日を除きオンライン開催。

シェルターや自立援助ホーム、子育て家庭をサポートしている団体等からもその実態と何が必要かのお話を。そして、伴走支援に当たって知っておきたい制度や法律、知識や情報を学ぶ連続講座。

性暴力・配偶者暴力被害者等支援交付金 (配偶者暴力被害者等支援調査研究事業) の補助により、参加費無料

★本読み会 **ハリエット・ゴールドラーナー著「怒りのダンス」**

(毎月第3金曜10:00～12:00/参加費1,000円/博士の家にて) 副題が「人間関係のパターンを変えるには(わたしらしさの発見3)」という本書を毎月1章ずつ読み進めます。本は、ご用意くださいね。

★助産師もっこさんの「子育てサロン」

(毎月第2金曜10～12時/参加費500円/博士の家にて)

★リラクゼーションルーム たかちゃんの「和みのヨーガ」

(毎月第3日曜14:00～15:30/参加費1,000円/博士の家にて)

★CAP ほっとカフェ (毎月第4金曜10～12時/参加費500円/博士の家にて) 日々の暮らしでのモヤモヤなど、ちょっと話していきませんか?

★min ちゃんの「こころといのちの勉強会」 (偶数月第2土曜10～12時/参加費1,000円/博士の家にて) 子どもの関わるすべての人に知っておいてほしい「性」のお話。性科学・性の健康教育。目から鱗です!

【CAPプロジェクトおかやまイベント情報についてのお問合せ先】

事務局 電話:080-6339-9740

E-mail:cap_okayama@hotmail.co.jp

ホームページ・フェイスブックでも情報をお知らせしています。ご確認ください。



アクセス

- JR岡山駅から南東へ1.5km (徒歩約20分)
- 路面電車 <清輝橋線> 新西大寺町筋下車 東へ徒歩1分
<東山線> 西大寺町下車 西へ徒歩3分
- 天満屋バスステーションから南へ約500m (徒歩7分)
- 最寄りのバス停留所 新西大寺町筋バス停

*契約駐車場はありません。

お車で越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

CAP (キャップ)とは…Child Assault Prevention の頭文字。子どもがあらゆる暴力から身を守り、「安心して、自信を持って、自由に生きる権利」を守るための人権教育プログラムです。

岡山県内で子どもの権利を守る活動を始めて26年になります。この間、多くの方に支えていただき、活動してきました。これから先の未来が、更に、子どもたちにとって、安心したものとなるために、私たちおとなにできることを考えていきたいと思っています。子どもの安心な社会はだれにとっても安心な社会。そのために、是非繋がってください。一緒に歩いていきましょう!!

2021年7月より特定非営利活動法人CAPプロジェクトおかやまとして、新たに歩み始めました。応援ください!!