

夫婦のチーム力★アップデート講座



出産前が大事!

気づき

で変わる夫婦関係

妊娠・出産・育児は、夫婦の一大ライフイベントです！
この講座では、パートナーとコミュニケーションの大切さについて考え、妊娠期からの協力的な関係づくりを学びます。

ちょっとした「気づき」が、ふたりのチーム力を楽しく高めるきっかけになるはず！

2025年 8月31日(日) 10:00~12:00

会場 青森市男女共同参画プラザ「カダール」小会議室 (アウガ5階)

講師 新藤 潤一 さん (NPO法人ファザーリング・ジャパン東北 青森県理事)
新藤 幸子 さん (青森県教育委員会委員、民生・児童委員
アシスタントティーチャー〈理科実験補助〉)

内容

〈講 義〉 ・パートナーの「言葉にしづらい気持ち」に気づくには？
・「父親」であることを楽しむヒント！ など

〈妊婦体験〉 ・胎児の重さ、想像以上！妊婦体験で気づく新しい視点
・夫婦でリラックスするためのマッサージ など

対象

プレパパ&プレママ、第二子以降に備え学び直したいかた、
これからの育児を想定されるかた、テーマに興味関心のあるかた
※原則としてパートナー同士おふたりでのご参加をお願いします。

定員

10組

主催・申込・問合せ：青森市男女共同参画プラザ「カダール」
(指定管理者：NPO法人あおり男女共同参画をすすめる会)
ホームページ <http://www.kadar-acor.jp/>
〒030-0801 青森市新町1丁目3-7 アウガ5F
電話：017-776-8800 FAX：017-776-8828
メール：kadar-kouza@kadar-acor.jp



お申込みは
裏面から
できます！

講師プロフィール

新藤 潤一 さん

NPO法人ファザーリング・ジャパン東北 理事

群馬県出身、十和田市在住。職業は研究者。学生時代を弘前ですごし妻と出会う。
4児の父。子どもは野に放て！をモットーに、自然ゆたかな青森での子育てを楽しみながら日々をくらしています。

新藤 幸子 さん

青森県教育委員会委員、民生・児童委員

小学校アシスタントティーチャー（理科実験補助）

弘前市出身。自分の子どもだけでなく地域の子ども達も幸せにすごして欲しいという
思いで、放課後プレーパークや自宅開放などを続けている。
父親と母親両方の視点から、体験談を交えながらお話しします。

【申込方法】

電話・FAX・メールまたは直接ご来館でお申し込みください。

その際、氏名、電話番号、年代をお知らせください。

青森市男女共同参画プラザ「カダール」（青森市新町1-3-7 アウガ5階）

TEL 017-776-8800 （平日9：00～18：00）

FAX 017-776-8828

E-MAIL kadar-kouza@kadar-acor.jp
（件名を「夫婦のチーム力」としてください）

----- キ リ ト リ -----

【8/31 夫婦のチーム力★アップデート講座 申込用紙】

お名前（ふりがな）	電話番号	年代