



プレママ・プレパパ講座

みんなで

妊娠・出産・ 育児をスマイルに!

妊娠中から産後にかけての生活のイメージを持ちやすくし、
育児について、夫婦・家族・そして地域がチームになって
育児を行うきっかけになる講座となっています。

定員 20名 / 予約制(先着順)

対象者 親になる予定の夫婦、1歳までの乳児をもつ家族、妊婦さん

持ち物 母子手帳、お子様のおむつやミルクなどのお出かけセット
抱っこひも講座ご希望の方:手持ちの抱っこひも

参加
無料

小松島会場

2024.

12/8 日

10:00~12:00

会場

小松島みなと交流センターkocolo
2階ホール 第1・2大会議室
〒773-0001
徳島県小松島市小松島町新港19

徳島会場

2025.

1/25 土

10:00~12:00

会場

ふれあい健康館 1階ホール
〒770-8053
徳島県徳島市沖浜東2丁目16

鳴門会場

2025.

2/1 土

10:00~12:00

会場

鳴門市健康福祉交流センター
〒772-0003
徳島県鳴門市撫養町南浜東浜24-2

お申し込み・お問い合わせ

QRコードまたはお電話でお問合せください。

TEL.088-624-6888 (受付時間: 平日9:00-17:00)

mail mamasmile@itsumosmile.jp

会場により内容が異なります。詳細は裏面をご覧ください。



主催: 徳島県 受託運営: イツモスマイル株式会社 ママスマイル

助産師、看護師、理学・作業療法士に相談できる /



プレママ・プレパパ講座プログラム

※講座は3部制になっております。3部全てご参加ください。

Program01

座談会形式

30min

チーム育児って！？育児の先輩と一緒に考えよう

実際にチーム育児を実践している先輩ママパパの話を聞いてみよう！

参加しているママパパとも座談会で情報共有できます。



子育て支援創造スペース
ミレア徳島代表

大西 実希 氏

令和2年度とくしま子育て大賞
チーム育児大賞受賞



NPO法人
ファザーリング・ジャパン会員

佐野 崇之 氏

平成29年度
イクメン・カジダン大賞受賞



NPO法人
ファザーリング・ジャパン会員

高田 慎也 氏

育休取得経験者

Program02

10min

地域の子育て支援の情報提供

産後安心して子育てができるように、地域の子育て支援や子育て支援センターなどの情報を得て、妊娠準備期および産前産後と育児の悩みを相談できる場所、頼れる場所を知りましょう。



こまつま健康会
認定こども園 園長

井若 絵美 氏



徳島市親子ふれあいプラザ
館長

赤根 訓江 氏



鳴門ファミリー・サポート・
センター 所長

坂東 玲子 氏

Program03

60min

参加型交流イベント ※会場により内容が異なりますので開催場所をご確認ください。

小松島会場

- 助産師相談(妊婦相談、母乳相談、育児相談)
- 理学・作業療法士による産前産後ケア体操
- 赤ちゃんがいる家庭のための防災のお話
- 看護師による絵本の読み聞かせのポイント
- 抱っこの専門家による抱っこひも教室

徳島会場

- 助産師相談(妊婦相談、母乳相談、育児相談)
- 理学・作業療法士による産前産後ケア体操
- 赤ちゃんがいる家庭のための防災のお話
- 看護師による絵本の読み聞かせのポイント
- 抱っこの専門家による抱っこひも教室

鳴門会場

- 助産師相談(妊婦相談、母乳相談、育児相談)
- 理学・作業療法士による産前産後ケア体操
- 助産師による栄養相談(妊娠中、産後、離乳食)
- 看護師によるお産とアロマテラピーのお話
- パパもできるハンドマッサージ(夫婦で体験)

質疑応答

- 多胎児妊娠・育児についても対応可能です！
- わからないことや悩みなどを、各講師に質問・相談できる質疑応答の時間を設けています。
- 各分野のプロを頼って、子育ての悩みを解消しましょう！