




講座等一覧

ライフデザイン支援講座(乳幼児と触れあう体験や子育て世帯との意見交換を含む)		
1	児童館での見守り	児童館「ラフラフ」でこどもたちの見守りボランティアを実施してください。
	実施方法	児童館「ラフラフ」(0848-67-1123)に申込みをしてください。
プレコンセプションケアに関する講座		
※「プレコンセプションケア」とは若い男女が将来のライフプランを考えながら、日々の生活や健康と向き合うことです。		
1	プレコンセプションケア啓発動画 (国立研究開発法人国立成育医療研究センター)	性や妊娠・出産についての科学的に正しい知識について学べる動画です。
	実施方法	下記リンクから動画を視聴してください。 https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/
		
医療機関への妊娠・出産に係る相談		
1	医療機関への相談	医療機関にて妊娠・出産に係る相談を夫婦で実施してください(妊婦指導や医療機関にて夫婦で参加する講座も含まれます)。
	実施方法	医療機関に各自でお問い合わせください。
2	LINEの妊活相談 (LINE健康サポート)	不妊治療・不育症に関する悩みなど普段相談しにくい内容を、24時間・匿名で何度でも専門家にLINEで相談できます。個別相談には、臨床心理士・看護師・保健師・助産師・管理栄養士等の専門家がチームが対応します。
	実施方法	下記リンクからLINE登録し、相談してください。 https://www.city.mihara.hiroshima.jp/site/kosodate/142629.html
		
共家事・子育て講座		
1	子育て対談動画	家庭内において女性に家事・育児負担が偏っている傾向に注目し、夫婦(パートナー同士)が共に家事や子育てに主体的に参画する「子育て」について学べる動画です。
	実施方法	下記リンクから動画を視聴してください。 https://www.youtube.com/watch?v=8YEPuKDT3XA&t=3s
		

※夫婦またはパートナー双方の受講・実施が必要です。

※上記以外にも対象となる場合がありますので、ご相談ください。