

令和7年度

名古屋市子育て学び支援事業

出産前から学ぶ！子育てオンライン講座

参加
無料

Part 1

親のコミュカUPで楽しく子育て ～笑顔あふれる家族をつくる子育てのコツ3選～

子育てはコミュニケーションです。親からの愛情あるコミュニケーションの刺激によってこどもは脳を育まれていきます。赤ちゃんとのコミュニケーションはお腹の中からすでに始まっています。この講座では、保護者が出産を迎える前に楽しくできる子育ての方法、夫婦・親子の上手なコミュニケーションの取り方を学んでいきます。こどもの脳の発達を理解しながら、健やかな成長の手助けにお役立てください。少し先のことだけど、今のうちに育児の「予習」をしませんか？

- 日時 令和7年12月6日(土) 13:30～15:30
- 講師 杉江 健二（一般社団法人青少年養育支援センター陽氣会 代表理事）
- 対象 妊婦さんとそのパートナー
- 定員 100組
- 受付期間 令和7年9月20日(土)～11月20日(木)
- 申込URL <https://forms.gle/FpqdYwuDhff3qe5u8>
- お問合せ先 一般社団法人青少年養育支援センター陽氣会
名古屋市昭和区折戸町5-33 【Tel】052-751-4055(受付時間：平日9:00～17:00)



申込フォーム



陽氣会HP

Part 2

おなかの中からはじめる子育て ～夫婦一緒にできる安産のコツ～

妊娠・出産の流れを子宮模型で説明していきます。ママが陣痛をのりきるためのマッサージをパパがマスターして、お産の不安を楽しみに変えられる講座にできたらと思います。また、お二人の大切なおなかの赤ちゃんとのコミュニケーションをとる胎児マッサージを実践してみましょう。おなかの赤ちゃんとのコミュニケーションは、「今どんな気持ちかな～？」と“想像してみる”ことから始まります。生まれてからの子育てにも必要なこのスキルを、パパとママと一緒に体と心を動かしながら学んでいきます。

- 日時 令和8年2月1日(日) 10:00～12:00
- 講師 小島 夕起子（NPO法人つながる子育てにじいろ 理事長 助産師）
- 対象 妊婦さんとそのパートナー
- 定員 100組
- 受付期間 令和7年11月20日(木)～令和8年1月20日(火)
- 申込URL <https://forms.gle/ftSvEeMFIXVGFNXu5>
- お問合せ先 NPO法人つながる子育てにじいろ事務局
名古屋市天白区平針南1-2006 【Tel】052-807-2720



申込フォーム



にじいろHP

オンライン講座の注意点

※ZoomのURLの通知は、各講座の1週間前を目途にメールで通知します。 ※入室は、開講30分前から可能です。 ※通信料は受講者の負担となります。 ※通信環境やアプリ、ご使用の機器の不調や操作方法に関するお問い合わせには対応いたしかねますのでご了承ください。

委託元 名古屋市子ども青少年局子育て支援部子ども福祉課 052-972-3979

名古屋市子育て学び支援事業

令和7年度

親になるための 準備プログラム

参加
無料

初めての出産育児には不安はつきものです。
妊娠中から出産育児について知識を得ることにより、
安心してお産にのぞみ、
産後の生活に見通しを持つためのプログラムです。



講座
1

産前産後のからだケアと赤ちゃんふれあい体験

出産方法によって異なる体のダメージについて解剖学的な視点で学び、妊娠中から産後まで使える具体的なケア方法を教わります。また、赤ちゃんの発達ケアの観点を学んだ上で、産後の家族の在り方を具体的にイメージするために、先輩親子との交流も行います。

- 日時 令和7年8月9日(土) 13:30～15:30
- 講師 坂口 聡（柔道整復師 産後ケア専門サロンMomの休日 代表）
- 対象 **第1子妊娠20週以降の妊婦とパートナー** ※夫婦で参加される方優先
- 定員 10組
- 受付期間 令和7年7月1日(火)～20日(日)
- 申込URL <https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/smart-apply/apply-procedure-alias/karadacare>



申込フォーム

講座1～5の会場
および
お問合せ先

委託元

名古屋市子ども・子育て支援センター 758キッズステーション

名古屋市中区栄3-18-1 ナディアパークビジネスセンタービル6階

【Tel】052-262-2372

【開館時間】10:30～17:30(祝日・年末年始休)

名古屋市子ども青少年局子育て支援部子育て支援課 052-972-3971



758キッズステーションHP

講座
2

9月コース 全2回

①自分らしい妊娠・出産の過ごし方

大切な命がこの世に生まれるまでの過程について骨盤模型を使って仕組みを学び、赤ちゃんを力に合わせて出産に臨むための知識を身につけます。妊娠中・出産時の母の心と体、ホルモンの変化、家族を含めた産後の生活に必要なことを考えます。

日時 令和7年9月13日(土) 13:30～15:30

②心地よい赤ちゃんのお世話と産後の過ごし方

新生児期の赤ちゃんの具体的な特徴を理解した上での沐浴体験を行います。赤ちゃんが心地よく、お世話をする大人にとっても楽な抱っこの仕方や、ミルク作り体験を通して、より明確な産後の生活をイメージしてみましょう。

日時 令和7年9月21日(日) 10:45～12:45

講師 三浦 美香 (NPO法人つながる子育てにじいろ 助産師)

対象 妊娠20週以降の妊婦とパートナー
第2子以降の参加、おひとりでの参加可 ※2回共に参加できる方

定員 11組 (託児3名)

受付期間 令和7年8月1日(金)～20日(水)

申込URL <https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/smart-apply/apply-procedure-alias/9course>



申込フォーム

講座
3

赤ちゃんとの暮らしを豊かに過ごすために大切なこと

赤ちゃんの生活をより明確にイメージし、出産後の暮らしを豊かにするために、妊娠中から赤ちゃんを意識した過ごし方について学びます。妊娠期～新生児期を快適に過ごすためのセルフケアや新生児のお世話をする時に気を付けると良いポイントなど、具体的なヒントと共に赤ちゃんとの暮らし方について考えます。

日時 令和7年10月12日(日) 10:45～12:45

講師 吉田 敦子
(NPO法人母子フィジカルサポート研究会代表理事、母子ケアサロンMammy&Baby主宰、助産師)

対象 妊娠20週以降の妊婦とパートナー
第2子以降の参加、おひとりでの参加可

定員 24名 (託児3名)

受付期間 令和7年9月1日(月)～20日(土)

申込URL <https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/smart-apply/apply-procedure-alias/withbaby>



申込フォーム

講座
4

12月コース 全2回

①夫婦で学ぶ産前産後のこころと身体&夫婦のパートナーシップ

産後も夫婦のコミュニケーションを円満にするために、産後の体力回復、不調改善について学びます。具体的に話し合うためのワークシートを使って、妊娠・出産を機に変化する夫婦のパートナーシップ、産後の生活をイメージした心構えを身につけます。

日時 令和7年12月13日(土) 13:30～15:30

講師 田中 祐子 (一般社団法人体力メンテナンス協会理事、産後指導士)

②防災の観点から考える子育てと赤ちゃんの沐浴体験

大規模災害発生時に災害弱者になってしまう乳児がいる家庭に必要な知識を学び、日々の生活で起きる小さな困りごとの対応方法から非常時の対応までを一体的に学びます。赤ちゃんの身体的な特徴もお伝えし、赤ちゃんのお世話や沐浴体験も行います。

日時 令和7年12月21日(日) 10:45～12:45

講師 山下 久美子 (助産師)

対象 第1子妊娠20週以降の妊婦とパートナー
※夫婦で参加される方優先 ※2回共に参加できる方

定員 10組

受付期間 令和7年11月1日(土)～20日(木)

申込URL <https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/smart-apply/apply-procedure-alias/12course>



申込フォーム

講座
5

産後を見据えた家事シェアのコツ

産後に大きく生活が変化する事がきっかけになって夫婦関係が悪化する「産後クライシス」の予防法を学びます。赤ちゃんが生まれる前だからこそ知っておくと役に立つ、お互いが家事育児に責任を持ち、助け合える関係を育むコツと心構えを夫婦で学びましょう。

日時 令和8年2月7日(土) 13:30～15:30

講師 三木 智有 (家事シェア研究家)

対象 第1子妊娠20週以降の妊婦とパートナー ※夫婦で参加される方優先

定員 15組

受付期間 令和8年1月1日(木)～20日(火)

申込URL <https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya/smart-apply/apply-procedure-alias/housecareshare>



申込フォーム