

あなたが育む プレコンセプションケア講座

全2回コース

プレコンセプションケアとは、

「性別を問わず、次世代を担う若い世代が、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、将来の妊娠・出産を含めたライフデザインや将来の健康を考えて健康管理を行うこと」です。

子どもたちに「健康」という名の贈り物をするために、
まずは私たち「大人」が学びませんか？

	内容	日程・講師
第1回	プレコンセプションケア とライフデザイン 健康へ導く生活習慣（食事・運動など）とは？	8/7(金) 伊藤講師 8/8(土) 林講師 各日10:00～11:00 (受付9:30～)
第2回	思春期のこどもたちに伝えたい 「こころとからだ」 こどもたちの心と身体を守るために、 大人が伝えるべきこととは？	8/22(土) 林講師 8/28(金) 伊藤講師 各日10:00～11:00 (受付9:30～)

※1回のみの参加もOK

男女問わず参加できます

**助産師****伊藤 友紀 氏**

3人の男児をもつ母
助産師として、多くの命
をとりあげ、母子をサ
ポート。また、幼稚園～
小学生、その保護者を対
象に性教育を通して命の
大切さを伝えている。

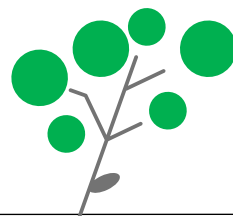
講師の紹介

**保健師****林 裕紀子 氏**

2人の女兒をもつ母
保健師歴20年以上。妊娠
期から産後、子育て期を通
して、子どもの発育発達を
トータルサポート。
ベビーマッサージ講師とし
ても活動している。

場所 ハートフルスクエアG 2階 大研修室**対象** 岐阜市に在住・在勤・在学の方**定員** 先着30名**申込方法** 右記のQRコードよりお申込みください

▲申込フォーム

**問い合わせ先**

岐阜市保健所保健予防課

058-252-7193

平日：8時45分～17時30分 土・日・祝、年末年始を除く

主催：岐阜市

共催：岐阜市女性センター