



安産教室 パパになる準備



講師

開業助産師 齊藤 里佳 さん

産後の生活は、なかなかイメージしにくいもの。
赤ちゃんを迎える前に、心の準備をしませんか。

2/9(日)

午前 10 時～正午

内容

- ・産後ってどうなの？
～データから見る産後の変化と
家事育児の役割分担～
- ・先輩パパからのメッセージ
～聞いてみよう！リアルな体験談～

◇対 象:妊娠中の方とそのパートナー 20組 (ひとりでの参加も可)

※応募多数の場合は抽選となります。

◇会場:中央公民館(クロスパルにいがた内)4階 403・404講座室

◇参加費:無料

◇申込締切:令和7年1月26日(日)

◇申込方法:右の二次元コードを読み取り、新潟市オンライン申請システム
(e-NIIGATA)でお申し込みください。



10月参加者の感想より

夫婦で現在や今後のことについて、向き合っ考える良い機会となりました。夫婦で同じ気持ちで出産・子育てにのぞめると思います！（ママ感想）

インターネットなどで情報は調べていましたが、講師や先輩家族の実際の様子を聞いて、出産・子育てのイメージがより身近なものになりました。（ママ感想）

先輩家族の話、リアルな状況を知ることができ、子育てをするという実感を持つことができました。（パパ感想）

講師の話、先輩家族の体験談がとても参考になりました。漠然とした不安がありました。少し解消できました。育休の長期取得をする決心の後押しになりました！（パパ感想）



申込み方法



電話の場合
中央公民館 025-224-2088
(平日 9:00~17:00)



スマートフォンの場合
右の二次元コードを読み取ると
新潟市オンライン申請システム(e-NIIGATA)に
つながります

※スマートフォンの場合、ドメイン指定受信を設定されている方は「city.niigata.lg.jp」を受信できるよう指定してください。



パソコンの場合
新潟市ホームページ内検索で「中央公民館 安産教室」を検索してお申し込みください

中央公民館 安産教室



1月26日(日)までにお申し込みください。

応募者多数の場合は抽選します。

受講の可否については1月30日(木)までにメールまたは郵便でお知らせします。

※ 記入していただいた個人情報については、新潟市中央公民館「安産教室 パパになる準備」のご連絡のみに利用させていただきます。

主催・問い合わせ

新潟市中央公民館 (クロスパルにいがた)

〒951-8055

新潟市中央区礎町通3ノ町 2086 番地

TEL: 025-224-2088

FAX: 025-223-4572



●バス：「礎町」下車。
そこから徒歩3分です。
●車：駐車場28台有。受付の機械処理で最初の30分無料になります。以後30分ごとに150円。