



子育て おしゃべり会

SHINSHU UNIVERSITY MIDWIFE

妊婦さん同士で、
パートナーも一緒に、
助産師も交えて、
妊娠・出産・子育てについての
話題、関心事、悩みなど
おしゃべりしませんか？

お一人でも、ご夫婦でも、
お子さんが一緒でも大歓迎。
お気軽にご参加ください。

対象

長野県にお住まいの
妊娠中のご夫婦

内容

妊娠・出産・子育てに
関する情報交換

相談

助産師への個別相談もできます。
※会終了後・希望者・要事前申込

予約制

【出産後の会】

第16回

令和5年10月29日(日)
10:30~12:00

第17回

令和5年11月19日(日)
10:30~12:00

第18回

令和5年12月17日(日)
10:30~12:00

第19回

令和6年1月21日(日)
10:30~12:00

第20回

令和6年2月18日(日)
10:30~12:00

第21回

令和6年3月17日(日)
10:30~12:00

* 第16回は出産後のご夫婦対象、申込別途案内あり

定員 10組程度

場所

対面の場合 信州大学医学部地域保健推進センター 2階
駐車場と会場の地図は裏面をご覧ください。

参加方法 対面またはオンライン (Zoom)
お申し込み時に選択いただきます。

対面オプション

- ・ 出産時の過ごし方や育児技術の練習をしてみよう！
- ・ 超音波でお腹の中の赤ちゃんを見てみよう！
- ・ お腹の中の赤ちゃんの心音を聞いてみよう！

参加費 無料

お申し込み方法



第17~21回は、
上記のQRコードからお申し込みください。
各開催日の5日前までにお申し込みください。

オンラインの場合 スマートフォン/PC等からご参加ください。
Wi-Fi環境を推奨いたします。
希望者には事前にZoomの使い方のサポートをします。

お問い合わせ先

電話：0263-37-2397 芳賀（はが）宛

子育ておしゃべりの会の様子



参加者全員で「おしゃべり」している様子

参加者の感想

「参加した方の顔が見えて、同じ境遇の方がいるとわかるだけでも大変心強かった。ネットの情報より納得感があった。」
(初産婦さん)

「沐浴の仕方やお産のサポートの仕方について、実演していただき、とても勉強になりました。」
(初産婦パートナーさん)

「託児をしてもらえて、ゆっくりみんなの悩みを聞けました。それだけでよかったです。」
(経産婦さん)

「2人目だから何となく大丈夫だろうと思っていましたが、皆さんのお話をお聞きして赤ちゃんを迎える心の準備が整いました！」
(経産婦パートナーさん)



授乳クッションと赤ちゃん人形で授乳のイメージをつける演習



パパの妊婦体験

子育ておしゃべり会の助産師がお迎えます



【会場へのアクセス方法】

