

## プレパパ応援！

# パパのための 出産準備講座

出産に向けてカラダが変わるママに比べて、パパの心の準備はむずかしいもの。  
けれどパパにしかできない役割もあります！産前産後は今後の家族円満のためのターニングポイント。  
パパ同士での交流ワークや「沐浴」の実践練習で赤ちゃんのいる生活への準備を始めましょう！

### 日程

- ① 7月6日(日)
  - ② 9月28日(日) ※7月より申込受付開始
  - ③ 11月30日(日) ※9月より申込受付開始
  - ④ 2026年3月1日(日) ※12月より申込受付開始
- ※各日同内容です。出産予定日に近い日程にお申込みください。

### 時間

13:30～15:30

### 会場

クレオ大阪子育て館  
(Osaka Metro堺筋線・谷町線、阪急千里線  
「天神橋筋六丁目」駅③号出口から連絡)

### 対象

パートナーが出産を控える男性

### 定員

各20名（事前申込・先着順）

### 講師

株式会社 With Midwife 助産師

### 申込先

クレオ大阪子育て館

クレオ大阪  
子育て館  
ホームページ



### 参加者の声

- ・プレパパ同士での話がとても有意義だった。不安なのは自分だけじゃないと思えたのが良かった。
- ・実体験できる場がなかなかないので非常にありがたかったです。
- ・沐浴が想像以上に身体的負荷があり驚きました。育児全般をもっと学んでいきたいです。
- ・産後うつについて理解が浅かったので学ぶことができ良かった。公共のサポートもどんどん使おうと思った。