

妊娠・出産・育児について学べる！



あなたに合う講座を見つけよう！

受講したい時間は？

リアルタイムで受講したい

好きな時間に受講したい

受講したい場所は？

会場で受講したい

自宅で受講したい

受講したいのは？

妊婦とその家族と一緒に受講したい

妊婦が受講したい

妊婦のパートナーが受講したい

対面コース(ペアコース)

講義・実習・交流

※初産婦優先
※妊娠36週6日まで受講可

★こんな方におすすめ★

- ・家族と一緒に基本的なことを学びたい
- ・家族も沐浴等の実習をしたい
- ・家族が妊婦体験をしてみたい

対面コース(ママコース)

講義・実習・交流

※初産婦優先
※妊娠36週6日まで受講可

★こんな方におすすめ★

- ・一人で気軽に学びたい
- ・自分のスケジュールで受講したい
- ・他のママと話しをしてみたい

※ペアコースまたはママコースのいずれか一つの受講となります。

**妊婦とパートナー・家族への
おすすめコンテンツ**

妊娠中におすすめの動画配信
希望のコンテンツを選択して視聴可
※妊娠週数による受講制限なし
※申し込み不要

★こんな方におすすめ★

- ・自分の好きな時間に学びたい
- ・知りたいことを選んで学びたい
- ・遠方の家族にも学んで欲しい
- ・何度も繰り返し視聴したい

オンラインコース(ライブ配信)

講義・実習(デモンストレーション)など
※対面コースとの重複受講可
※産後2か月まで受講可

★こんな方におすすめ★

- ・自宅で気楽に受講したい
- ・里帰り、入院中だけ学びたい

プレパパセミナー

講義・実習・交流

※初めて赤ちゃんを迎える
パパ向けの講座

★こんな方におすすめ★

- ・パパとしての心構えを知りたい
- ・赤ちゃんとのかわり方を学びたい
- ・プレパパと話をしてみたい

ピアサポート講座

ミニ講座・交流

※1歳未満のお子さまのパパ・ママ向けの講座
※対面コース・オンラインコース・プレパパセミナー
のいずれかの講座を受講した方対象

★こんな方におすすめ★

- ・特定のテーマを学びたい
- ・参加者同士で学び合いたい
- ・他のママ、パパと交流したい