

なんだか僕たち、

参加したほうが

良さそうだ。

気持ちの共有が
したいなあ

「僕らができる事
ってなんだろう？」

夫婦で
話せなくて
不安だな…

僕もケロ～

詳細は裏面へ

妊娠中・出産前のパパ教室

～「産前」から「産後の生活スタイル」や「子育ての想い」を
夫婦で「対話」しよう～



パパママ子育て応援部Hiタッチ!! 代表

野崎聰司さん

「お互いの距離がギュッと近くなる」
ワークショップを通じて思いや考え、
気持ちを「夫婦」で確認・共有しながら
「子育て」をワクワクしながら一緒に
考えましょう！

参加費
無料

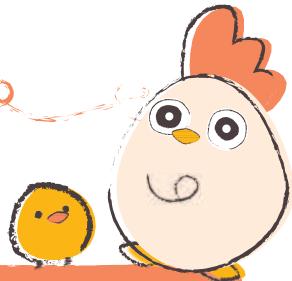
先着順
定員25組
(50名)



お申し込みは
こちらから！

妊娠中・出産前のパパ教室

～「産前」から「産後の生活スタイル」や「子育ての想い」を夫婦で「対話」しよう～



具体的に何をすればいいの？



男性から発信いただける機会の少ない話題ですので、積極性を持ちたいけれど具体的に何をするべきか見当もつかない、私のような男には非常にありがたい時間でした。
ありがとうございました！

話すタイミングが欲しい…



だんなさん同士で話す機会を持つ
てもらえてすごくよかったです
たし、こういう機会でしっかり話す
タイミングがあったのもよかったです。

気持ちの共有がしたい！



ママ同士の今思っていることや不安なことが共有できてよかったです。
夫と話しても共有できない気持ちがあることは頭で分かって
ても話せたことで安心につながりました。

- 開催日時 -

2/10 (火) 申込開始

2026年 3月13日(金) 10:00~11:30

- 男性に知って欲しい、産前産後における女性のココロとカラダの変化
- パパが出産・子育てに関してできること
- 妊娠中・出産前からしておきたい「3つ」のこと

※対象者：妊娠中の方とパートナー 育休取得を検討中の方とパートナー

お申し込みは
こちらから！



参加費
無料

先着順
定員25組
(50名)

東京都立川市曙町2-36-2
立川市女性総合センター・5階

042-528-6801 男女平等推進課

主催：立川市男女平等推進課

協力：立川市子ども家庭センター

パパママ子育て応援部Hiタッチ！！

