

# ワーキング・マタニティスクールのご案内

## 働いている妊婦さんの子育てを応援します

妊娠、出産してからも働き続けたいと思う方のための教室です。パパもママも安心して子育てが出来るよう妊娠中から「親になる心の準備」を始めましょう。



### 内容

#### 講演

- 専門職からのお話～働くママが健やかに子どもを育てるために～
- 先輩パパ・ママからの体験談
- 子育てをするための制度と活用 身近にある男女共同参画

#### 交流会

**ふれあいフリータイム** (上記の他、体験コーナー、保育園情報の資料提供もあります)

### 日程

回数	実施日
第1回	令和3年 5月15日(土)
第2回	令和3年 7月10日(土)
第3回	令和3年 9月12日(日)
第4回	令和3年 11月13日(土)
第5回	令和4年 1月16日(日)
第6回	令和4年 3月12日(土)

\*新型コロナウイルスの感染状況により、中止になる場合があります。

### 対象

札幌市内にお住まいの方で、働きながらの出産・育児を希望する初妊婦の方とその配偶者 ※お1人様1回限り

### 会場

札幌市男女共同参画センター 4階大研修室 (北区北8条西3丁目札幌エルプラザ内)

**時間** 13:00～15:30 (受付12:30～)

**持参するもの** 母子健康手帳、筆記用具

**参加料** 無料

**申込方法** E-mailにて、参加希望日の前日(土・日・祝を除く)までに  
①参加希望日 ②お名前 ③お住まいの区 ④電話番号  
⑤配偶者の参加有無 ⑥出産予定日をお知らせください。(先着順)



(こちらからメールアドレスを読み取れます。)

**申込先** (公財)母子衛生研究会 **E-mail** hokkaido@mcfh.info

# オンライン・マタニティ教室のご案内

## 自宅や里帰り先から教室に参加しませんか？

安心して出産を迎えられるよう、妊娠中に知っておきたいことなどを、自宅等でゆっくり学べる機会として、オンラインでの教室を開催しています。

**定員50名  
先着順!**

### 対象

札幌市内にお住まいの初妊婦の方とその配偶者  
※お1人様1回限り

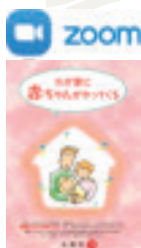
### 内容

- 助産師からのアドバイス
- お家でできるマタニティヨガ
- マタニティ座談会

### 日程

第1回	令和3年 6月11日(金)	13:30～15:00 (申込開始: 5/21 正午)
第2回	令和3年 8月3日(火)	13:30～15:00 (申込開始: 7/13 正午)
第3回	令和3年 10月3日(日)	13:30～15:00 (申込開始: 9/10 正午)
第4回	令和3年 12月11日(土)	13:30～15:00 (申込開始: 11/19 正午)
第5回	令和4年 1月11日(火)	13:30～15:00 (申込開始: 12/21 正午)
第6回	令和4年 2月6日(日)	13:30～15:00 (申込開始: 1/14 正午)

Zoomミーティングを利用します。  
事前にアプリのダウンロードをお願いします。  
スマホやタブレット、パソコンで簡単に自宅から参加できます。  
当日は、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」をご用意ください。



**参加料** 無料 **申込方法** 下記の申込フォームからご予約ください。

**申込先** (公財)母子衛生研究会

**申込フォーム**



<http://kosodate.city.sapporo.jp/mokuteki/manabu/ninshin/1003.html>

**SAPPORO**



### お問い合わせ先

**(公財)母子衛生研究会** 中央区南3条西10丁目1002-4-6F **TEL** (011) 233-5977 月～金 9:30～12:00 13:00～17:00 **E-mail** hokkaido@mcfh.info  
主催/札幌市 共催/札幌市男女共同参画センター(ワーキング・マタニティ) 実施/運営/(公財)母子衛生研究会

## 会場案内



## 交通機関

J R… JR 札幌駅北口より徒歩 3 分

地下鉄… 地下鉄南北線さっぽろ駅より徒歩 7 分、東豊線さっぽろ駅より徒歩 10 分  
(札幌駅北口地下歩道 12 番出口横から建物の中まで直通)

駐車場… 最寄の有料駐車場を御利用ください

# 札幌市男女共同参画センター 4 階大研修室

〒060-0808 札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ内