



夫婦のチーム力★アップ講座



参加無料

忙しい
パパ・ママ
の
必見♪

ふたりでシェア！

家事も育児もハッピーも

夫婦の育児をもっと楽しく、もっとHAPPYにするための
ヒゲツが盛りだくさん！

妊娠・育児期の心の変化から夫婦のコミュニケーション、
見えない家事の大切さを体験を交えて学びましょう♪
妊婦疑似体験やマッサージタイムもあります。



2026年2月23日 月・祝
10:30~12:30

無料託児あります

申込対象:0歳~未就学児 先着5名
申込締切:2/15(日)まで
~詳しくはお問合せください~

会場 青森市男女共同参画プラザ「カダール」
研修室

講師 新藤 潤一 さん
(NPO法人ファザーリング・ジャパン東北 青森県理事)
新藤 幸子 さん
(青少年ケアストレスカウンセラー、民生・児童委員)

対象 夫婦、パートナーと
または お一人でもどうぞ

定員 30名

【主催・申込み・問合せ】

【お申込み】2月2日(月)10:00~

青森市男女共同参画プラザ「カダール」
(指定管理者: NPO法人あおり男女共同参画をすすめる会) <http://www.kadar-acor.jp/>
〒030-0801 青森市新町1丁目3-7 アウガ5F
電話: 017-776-8800 FAX: 017-776-8828 メール: kadar-kouza@kadar-acor.jp
※メールでお申し込みの際は件名に「夫婦チーム力講座」とご記入ください

