

受講/託児

無料



パパ&ママ講座



チーム「家族」を レベルUP ↑



～夫婦のコミュニケーションと家事のポイントを知ろう～

対象 / 新婚～妊娠、産後、育児期の夫婦



家事に育児に仕事にいつもパパママは大忙し。そんな中で次々に発生する家族のピンチを乗り切るには、日ごろからの夫婦のコミュニケーションがカギ。夫婦の対話力をUP↑し、家事育児シェアのコツを知り、家族の笑顔を増やしましょう。

令和7年 **1/18** 土・**25** 土

いずれも 10:00～12:00

会場 / あいホール 302 利用室

《サンゴクエストとは》
「サンゴクエスト」は、子育て未経験者をはじめ誰もが、妊娠・出産・産後期に起こりうる様々な出来事やこころの動きをシミュレーションできるボードゲームです。

第1回 サンゴクエストで夫婦の対話力UP ↑

1/18 土

ボードゲーム「サンゴクエスト」で産前産後の出来事をシミュレーションします。産後クライシスを乗り越える「対話力」を磨きましょう。

講師 / 大迫由美子さん サンゴクエスト認定ファシリテーター、
デジタル庁認定 Well-Being ファシリテーター

第2回 わが家のミッションを見直して家事力UP ↑

1/25 土

日々、山積みの家事・育児のタスクを見直し、ポイントをおさえた家事のコツやテクニックを知り、わが家の家事力を底上げしましょう。

講師 / 家事アドバイス：浜松友の会のみなさん
アドバイザー / 夏目恵介さん NPO 法人浜松男女共同参画推進協会副理事長

お申込み 11月15日(金) 午前10時より受付開始
あいホールホームページ (<https://ai-hall.com>) の
「講座・イベント情報」から、
または電話 (053-412-0351) で申込み

定員 8組16人(先着順)

託児 6か月以上就学前まで(1月13日(月)締切 / 無料 / 定員あり)

主催：浜松市 企画運営：NPO 法人 浜松男女共同参画推進協会



お申込は
コチラ

お問合せ

あいホール
男女共同参画推進事業担当

〒433-8123
浜松市中央区幸三丁目3番1号
☎ 053-412-0351 (9:00～17:00)
✉ info@ai-hall.com

1週間以内にメール返信のない場合は、電話でお問合せ下さい。