

# 赤ちゃん誕生の前に考えよう パパの育休と 家族の時間



## 講師 渡邊 大地 氏

株式会社アイナロハ代表  
札幌市立大学看護学部非常勤講師

育休は取るけど、どんなことが必要なのか想像できていますか？  
どこの家庭も初めての連続で、楽しい中にも不安を抱えながらの子育てです。より楽しい時間へと変えるために各家庭に合うパパの育休取得のタイミングなど、パパに出来ることを考えてみましょう。

**日時** ▶ 令和6年8月3日（土）午前10時～12時

**対象** ▶ 新宿区在住・在勤・在学の妊活中、または育休取得を考えている男性（ご夫婦での参加もOK）先着30名。  
（託児無料：7月18日(木)までに予約。先着3名）。

**申込み** ▶ 申込み期間 **6月17日(月)～8月2日(金)**  
右の二次元コードからまたは電話で問い合わせ先へお申込みください。（お子さん連れでの参加も可能）



**会場・問合せ** ▶ 新宿区子ども家庭部男女共同参画課  
新宿区立男女共同参画推進センター（ウイズ新宿）  
〒160-0007 新宿区荒木町16番地  
☎（3341）0801  
Fax（3341）0740（日祝除く8時30分～17時）

## 講師紹介

渡邊 大地（わたなべ だいち）氏  
株式会社アイナロハ代表  
札幌市立大学看護学部非常勤講師



2011年に株式会社アイナロハを設立し、2012年より「産後サポート “ままのわ”」事業を開始。受講者累計2万人を突破(2022.11)した両親学級の講師を務めるほか、監修・連載・ラジオなどによる情報発信と、腰痛のリハビリに多くの時間を費やしている。

著書に『夫婦のミゾが埋まらない』『赤ちゃんがやってくる！～パパとママになるための準備カンペキBOOK～』『産後が始まった!』（KADOKAWA）、『産後百人一首』（自然食通信社）、『お産とオッサン。-SANGO ON FIRE!-』『産後手帳』シリーズ（アイナロハ）、『ワタナベダイチ式！両親学級の作り方』（医学書院）など。

### 案内図



### 交通案内

- ◇都営地下鉄新宿線  
「曙橋駅」A4 出口から 徒歩約3分
- ◇東京メトロ丸ノ内線  
「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇都営バス  
・宿75（新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前）  
「合羽坂下」から 徒歩約1分  
・高71（高田馬場駅前～九段下）  
「合羽坂下」から 徒歩約2分  
・白61（新宿駅西口～練馬車庫前・練馬駅）  
「曙橋」から 徒歩約5分

駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

この他の講座はこちらから →



### ※個人情報の取り扱いについて

お申込みの際にお伺いする個人情報は、①講座開催の予約確認、②突発的事情による中止などの連絡、③講座実施方法の連絡、④受講者の年代に合わせた講義の準備にのみ使用し、それ以外の目的では使用しません。