2026年世田谷区世田谷総合支所保健福祉センター健康づくり課　精神保健福祉講演会

家族になるってどういうこと？　実践編
～赤ちゃんを迎えた二人のこころの変化とコミュニケーション～

- なんだかイライラする
- パートナーに分かってもらえない
- 二人の時間や会話が減った気がする
- 育休って何をすればいいの？

赤ちゃんを迎えた二人のこころの変化や、「家族」というチームで子育てするためのコミュニケーションのコツについて学べる講座です。悩みやすれ違いもぜんぶ家族になるために大切なプロセスです。
講話とワークを通して、家族になっていくヒントを見つけませんか？
子育て中のこころの変化や夫婦関係について、豊富な治療経験を持つ講師がお話しします。



講師
北條　彩　先生
こころの診療所三軒茶屋
院長

精神保健指定医、日本精神神経学会専門医。
虎の門病院、都立多摩総合医療センター精神科、
成増厚生病院勤務を経て2020年より現職。
世田谷区、府中市、立川市などの保健所にて
精神保健相談に従事。

2027年1月19日（火）14:30-16:00 開催 ※14:10開場

- **会場：世田谷総合支所 健康づくり課 分室**
  （世田谷区若林4-22-13 世田谷合同庁舎1階）
- **対象：0歳児を育児中の保護者　先着30名程度**
  （世田谷地域にお住まいの方）
  ※お一人での参加歓迎　※夫婦・パートナーでの参加歓迎
- **プログラム：講話、コミュニケーションワーク、質疑応答**
- **託児：0歳児（生後5か月から）対象　先着10名　要予約**
- **参加費：無料**
- **申込方法：電子申請**

右の2次元コードを読み取りWebより登録

- **申込期間：11月25日（水）～12月23日（水）**

世田谷総合支所 保健福祉センター 健康づくり課 保健相談
担当 佐藤・進藤　Tel　03-5432-2896　Fax　03-5432-3074