



## わたしの身体どうなってるの？

### 妊娠・出産 ～女性のココロと身体の不思議～

出産後、なんだかイライライしちゃったり、ちょっとしたことで涙が出てきちゃったり  
出産前から生理の周期で気持ちのバランスが変わる……

女性の身体は本当に不思議。女性ホルモンによって心も身体も大きく影響してきます。  
妊娠、出産、そして女性の身体のしくみの「どうなってるの？」に助産師さんがお応えします。  
身体の声を聞いて、そうだったのね～と自分のココロと身体を労わってあげちゃいましょう。

妊娠中の方やママ、女性の身体のしくみを一緒に理解してあげたい！パパもご参加お待ちしております。

日程

**2025年 4月17日 (木) 10:30~12:00**

場所

とことこおやこひろば

対象

子育て中の方、妊婦さん

申込先

申し込みフォーム または、電話

<https://forms.gle/GuJ3nC6opaJ2VYvH8>

お申込フォーム



講師 武蔵野市助産師会会長/むさしのレディースクリニック

助産師 大田静香氏

武蔵野市を拠点に母親学級や新生児訪問、  
母乳相談や育児相談など、妊婦さんや赤ちゃんと  
そのお母さんに関わり、子育ての お手伝いをしています。

◆ 問い合わせ ◆

とことこおやこひろば  
(とことこ保育室みんなのとことこ隣)

武蔵野市関前 4-17-10 コリイカ 1階  
0422-27-7195