

育児期における 「落とし穴」と「切り替え力」



妊娠・育児期の女性のメンタルヘルスは崩れやすく、知らないうちにストレスをかかえ、誰もが落とし穴にはまりやすくなっています。

本講座では、その育児期の落とし穴について解説し、子育てには切り替え力が大切であることをお話しします。これから親になる方、すでに親になっている方、そのご家族の皆さま、一緒に考えてみませんか。

●略歴

仙台市生まれ。助産師。聖路加看護大学大学院（看護学修士）、東京医科歯科大学大学院（看護学博士）修了。職歴は聖路加国際病院、聖路加看護大学、愛育病院等を経て、1997より当大学へ。助産師として、市内の両親教室、高校生向けの親になる備え講座等を長年実施。「産後クライシス予防プログラム」を開発し、展開中。
<https://kerokero-shiono.com/>

講師：塩野悦子

（宮城大学看護学群 教授）

■開催日時：2019年 1月12日（土） 10：30-12：00

■会場：SS30 8階 第2会議室A 仙台市青葉区中央4-6-1

■定員：50名（先着順）

*簡易ではありますが授乳スペースを設けております。お子さまとの参加も歓迎します。

■申込方法：

EメールまたはFAXにて、氏名・住所・電話番号・職業・年齢（〇歳代）を記入し、「第10回公開講座参加希望」とお書き添えの上、開催1月10日までにお申込みください。

申込み

宮城大学サテライトキャンパス

TEL：022-716-6692 / FAX：022-716-6693

Eメール：renkei-kouza@myu.ac.jp

講義内容に関するお問合せ

TEL：022-377-8319 / FAX：022-377-8421



公立大学法人

宮城大学
MIYAGI UNIVERSITY