

2026年度

# 今から始める 描こう！ライフプラン講座 ご案内

研修講師を派遣します！

※R8年度より事業名を変更しました。

鳥取県では、助産師が講師となり人生において大きなライフイベントでもある、妊娠・出産・子育て等に関する講座を、わかりやすい内容でお伝えする出前講座を実施しています。

これからパパママになる方だけではなく、将来の為に知りたい方、周りに小さなお子さんがいる方や、妊産婦の為に職場でできることやプレコンセプションケアについて知りたい方なども大歓迎です。皆様からのご応募をお待ちしております！

- ※ 事前に講義内容等について打ち合わせを行います
- ※ 土日や終業後の時間にも対応しています。
- ※ 当事業は鳥取県の事業として無料で実施します。派遣に際して旅費、講師料等は必要ありません。

## 対象

妊娠・出産や育児に関心のある方等  
(職場研修や、地域イベントなどもご相談ください)

## 内容

- 講義：例・今、知っておきたい“プレコンセプションケア”、妊娠・出産の基礎知識  
(妊娠にかかるからだの変化、妊娠の仕組み・・・等)
  - ・助産師に学ぶ！最新の子育て
  - ・職場での妊産婦への接し方 など
- 自分の人生の設計図を描いてみよう！(ライフプランの作成)
- 考えてみよう！～命の大切さや将来の自分、心や身体について～
- 体験してみよう！～手作り教材を使って妊娠等の体験やおなかの中の成長を体験～

※ 本事業は、性や健康に対して正しい知識を持つことで、主体的に将来を見据えた健康管理ができるようになることを目的として行うものです。

## 講師

一般社団法人鳥取県助産師会の会員の助産師

## 申込み

一般社団法人 鳥取県助産師会  
メール [tori-josansi@hal.ne.jp](mailto:tori-josansi@hal.ne.jp) (※裏面申込書をご使用ください)



※講座数には限りがあります。申込みが定数になり次第、受付を終了します。

一般社団法人 鳥取県助産師会 宛 (送付状不要)

メールアドレス: tori-josansi@hal.ne.jp

## 令和8年度 「今から始める 描こう!ライフプラン講座」 実施申込書

※R8年度より事業名を変更しました。

所属名: \_\_\_\_\_

住所: \_\_\_\_\_

電話番号: \_\_\_\_\_

担当者名: \_\_\_\_\_

■「今から始める 描こう!ライフプラン講座」の実施について、下記のとおり申し込みます。

1 実施希望時期(日時) ( \_\_\_\_\_ )  
\*夜間・休日開催等希望を御記入ください。都合により御希望に添えない場合もあります。

2 実施方法等(\*現時点で想定されている範囲で御記入ください)

① 対象者 \_\_\_\_\_

② 対象者数 \_\_\_\_\_ 人

③ 希望講座回数 \_\_\_\_\_ 回

※同時間に2つの場所に分けて出前講座を実施する場合の講座回数は2回となります。

③ 希望講座時間 \_\_\_\_\_ 分間(助産師が実施(担当)する正味時間を御記入ください)

3 その他要望事項