

医師から学ぶ

# 妊娠中・産後の「ココロ」のこと



2026年  
11/19(木)  
14:30~16:30

・ 妊娠・出産は、体に大きな変化が起こる女性だけでなく、女性を支え一緒に赤ちゃんを育てるパートナーや家族、それぞれにおいてメンタルヘルスに負担のかかる時期です。

メンタルヘルスを良好に過ごすために大切なことや、不調に対して早期に気づき、より良い対応ができるために知っておきたいことについて、学び考えてみませんか。



## 対象

青葉区および周辺区在住の妊娠中から産後1年までの方とそのご家族 定員100名

## 方法

WEB配信 (ZOOMウェビナー)

## 申込み

令和8年6月1日(月)から10月31日(土)まで2次元コードからお申込みください。

「うちは大丈夫」って思っていたけどそんなことはなかった。身体も心も大事だと改めてわかった。



産後のことを妊娠中に話し合うきっかけになった



産婦人科医

丹家 歩 先生

たんけ あゆみ



## 講師紹介

産婦人科医・保健学博士・周産期メンタルヘルス研究者

2009年奈良県立医科大学医学部卒業。  
2025年東京大学大学院医学系研究科博士課程卒業。

周産期・婦人科全般におけるメンタルヘルスを研究している。現在は、一般・高度生殖医療クリニックでの産婦人科診療と共に妊産婦やパートナーと家族への心理支援を担当している。