

コペアクラス

夫婦の育児協力
について一緒に
考えましょう❀

子どもが生まれた後は もめごと8倍！？

初めて親になる夫婦は子どもが生まれると、もめごとが8倍に増えると言われています。これを避けるためには、育児のために夫婦が“チーム”となり、互いに支え合える関係性を妊娠期から作ることが大切です。

コペア（コペアレンティング）って？

両親がお互いに支え合い、育児の責任を共有し、役割を調整しながら「夫婦とともに育児をすること」を指します。夫婦喧嘩が減る、お子さんが友達と仲良くできる、産後うつが減る等の効果が期待できます。

※沐浴や授乳など育児手技の教室ではございませんのでご了承ください。

日程	時間	会場	定員
令和8年 4月24日(金)	9:15～11:30 (受付 9:00～)	市民保健センター (中村町25番地)	各回10組
令和8年 6月20日(土)			
令和8年 8月14日(金)			
令和8年10月17日(土)			
令和8年12月14日(月)			
令和9年 2月20日(土)			



【対象者】概ね妊娠20週～36週の妊婦さんとそのパートナー

※近江八幡市民に限ります。原則お二人でご参加ください。

【持ち物】母子健康手帳 必要な方：飲み物、軽くつまめる食べ物（参加者。）

【託児】きょうだいの託児も可能です。ご希望の方はクラス日程の2週間前までに同申込フォームにご入力ください。

【申込】QRコードのHP画面から各申込フォームにお進みください。

【お問い合わせ先】

近江八幡市健康推進課

TEL：0748-33-4252

E-Mail：010836@city.omihachiman.lg.jp



市HP（申込フォーム）

