

いいお産の日



in 岡山市 2026

～いのちを育む家族のきずな～

妊婦さんや子育て中の方、妊娠を考えている方、ご家族、独身の方、学生さんなどお産に興味のある方ならどなたでも参加できます！

※会場・タイムスケジュールは裏面をご覧ください

※オムツ交換・授乳スペースをご用意しています

※各コーナーに託児のご用意はありません

令和8年

11月3日(火・祝)

11:00～16:00

会場:岡山ふれあいセンター
(岡山市中区桑野715-2)



参加無料

参加者全員に
記念品プレゼント♪



昨年の記念品

講演会(予約不要) 13:00～14:00(受付12:30～) 大ホール

「赤ちゃんがやってくる！」

～パートナーと取り組む妊娠・出産・子育て!～

夫婦対談あり!
それぞれの立場からのお話をさせていただきます

講師

大阪教育大学教育学部 教授 小崎 恭弘 先生

経歴

保育士、幼稚園教諭、社会福祉士の資格を取得し、父親の育児、ワークライフバランス、子育て支援、保育研修等を専門に講師として活躍。テレビやラジオ、新聞、雑誌等、多方面のメディアに出演し、情報発信を行っている。



体験コーナー(★要予約★)

大ホール

小ホール

保健指導室

●プレパパ&プレママツアー

各回5組

助産師と一緒に、赤ちゃん人形を使った抱っこやオムツ交換などを行います。パパ向けには、妊娠体験ジャケットを着て、寝たり起き上がったたりする動作を行います。

●ベビーマッサージ

各回6組

赤ちゃんと一緒にご参加ください。持ち物:バスタオル

●赤ちゃん人形を使った沐浴実習

各回5組

●妊娠中から産後の肩こり・腰痛予防ストレッチ

各回6組

椅子に座りながら簡単なストレッチを行います。
パートナーと一緒にご参加いただけます。

予約方法

岡山市ホームページ「いいお産の日」のサイト内からご予約ください。

9月24日(木) 9:00受付開始(先着順)

10月16日(金) 予約締め切り

※当日欠席の場合、連絡は不要です。



子育てコーナー(予約不要)

大ホール

●身長体重計測

●子育て情報

展示コーナー(予約不要)

大ホール

●育児関連グッズ

●防災用品

妊娠・出産・健康に関するコーナー(予約不要)

大ホール

●施設紹介パネル展示(岡山市内産科医療機関・助産施設)

●妊娠期から産後のワンポイントアドバイス
(岡山県助産師会・助産師学生)

●出産に関するポスター展示

●母乳育児・女性の健康・子育て相談

●岡山県栄養士会による栄養相談

● 桃太郎のまち健康推進  皮援団 登録企業による展示

【主催】 岡山市、一般社団法人岡山県助産師会

【後援】 一般社団法人岡山市医師会、岡山市内医師会連合会、公益社団法人岡山県栄養士会、岡山市愛育委員協議会、岡山市おやこクラブネットワーク

いいお産の日

in 岡山市 2026

～いのちを育む家族のきずな～



タイムスケジュール



大ホール

小ホール

保健指導室

11:00	11:10～11:40 ベビーマッサージ ★定員各6組 11:10～11:40 プレパパ＆プレママツアー ★定員各5組	●岡山市内産科医療機関・助産施設紹介パネル展示 ●栄養相談 ●母乳育児・子育て・女性の健康相談 ●健康推進員・助産師等による展示 ●子育て情報 ●身体測定 ●出産に関するポスター展示	●休息コーナー 11:40～12:00 妊娠中から産後の肩こり・腰痛予防ストレッチ ★定員各6組  オムツ交換スペースをご用意しています ※別室に授乳スペースもご用意しています 14:10～14:30 妊娠中から産後の肩こり・腰痛予防ストレッチ ★定員各6組 妊娠中から産後に向けて身体を整えましょう♪ 	11:00～11:50 沐浴実習 ★定員各5組  14:40～15:30 沐浴実習 ★定員各5組 
12:00	12:00～12:30 妊娠期から産後のワンポイントアドバイス 助産師等による、さまざまなお役立ち情報が聞けます！ 赤ちゃん人形、妊娠ジャケットを気軽に体験できるコーナーもあります			
13:00	13:00～14:00(受付12:30～) 【講演会】 「赤ちゃんがやってくる！～パートナーと取り組む妊娠・出産・子育て！～」 【講師】 大阪教育大学教育学部 教授 小崎 恭弘 先生			
14:00	 妊婦体験 14:30～15:00 プレパパ＆プレママツアー ★定員各5組			
15:00	15:20～15:50 ベビーマッサージ ★定員各6組 15:20～15:50 プレパパ＆プレママツアー ★定員各5組			
16:00				

★マークは、要予約。9月24日(木)9:00申込受付開始(先着順) 申込締切10月16日(金) 岡山市ホームページ「いいお産の日」サイト内の予約サイトからお申し込みください。定員になり次第、締め切らせていただきます。



いいお産の日とは

11月3日を「いいお産の日」とし、出産の現状を多くの人に知っていただき、お産について理解し、産む人を中心にしたお産を知るためのイベントが全国各地で行われています。「いいお産の日」は妊娠・出産・育児について考え、「いのち」について振り返るきっかけを与えてくれます。ぜひご家族皆様までご参加ください。



問合せ

岡山市保健所健康づくり課母子歯科保健係
TEL 086-803-1264 FAX 086-803-1758

※当日8時30分の時点で岡山市に「特別警報」「暴風警報」等が発令されている場合は中止します。
感染症流行などの状況により、中止・縮小となる場合があります。
最新の情報は、市ホームページでご確認ください。