

主催 岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」
後援 岡山市教育委員会

子どもさんかくゼミ

親子(みんな)で学ぶ健康講座 プレコンセプションケア を知ろう!

2026

① 7/25(土) 13:30～15:30

② 8/8(土) 13:30～15:30

「プレコンセプションケア」という言葉をご存知ですか?
将来のライフプランを見据えて、日々の生活の中で自分たちの健康に向き合うことです。
大切なお子さまと一緒に、心と体の「今」と「未来」を考えるきっかけになるような講座です。



【『夢につながる健康ドリル』
未来へのドアを開く「ライフスキル」】
というドリルを使い一緒に学んでいきましょう。
※参加者にはドリルを差し上げます!

参加費

無料

場所

さんかく岡山

定員

20名

対象

小学生(小1～小6)のお子さま
保護者同伴でお申し込みください。

■申し込み・問い合わせ先■

さんかく岡山
電話：086-803-3355
岡山市北区表町三丁目 14-1-201号



講師:富岡美佳さん

おかやまライフスキル研究会会長
岡山大学大学院保健学研究科客員研究員
豊橋創造大学保健医療学部看護学科 教授
『2000年から、生きる力、ライフスキル教育を
ライフワークとして地域や学校での活動をして
きました。』

親子(みんな)で学ぶ健康講座 プレコンセプションケアを知ろう!

2026年 ①7月25日(土)13:30~15:30

②8月 8日(土)13:30~15:30 会場:さんかく岡山



申し込みはこちらから



[申込・問合せ先]

岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」 TEL:086-803-3355

E-mail:sankaku@city.okayama.jp 電話・FAX・メール・電子申込で受付しています。

FAX送信先

086-803-3344 さんかく岡山 岡山市男女共同参画社会推進センター

フリガナ				参加希望の回に○印 (両日参加可)
保護者様のお名前				() 7月25日(土)
				() 8月8日(土)
お子様のお名前 学年				
	年生		年生	年生
電話番号				

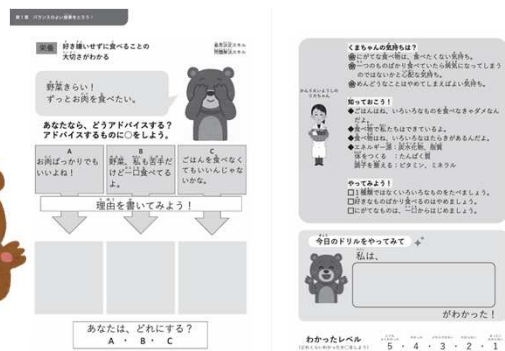
個人情報適切に管理し、この講座のみに使用し他の目的で使用することはありません。

小学生の今は、一生使っていく「からだの土台」を作っている時期です。将来、自分の夢を実現に向けて、将来の身体と心の健康を得るために、健康的な生活習慣を身につけ、正しい知識を得ていくことの大切さに気づいていただく講座です。「プレ」は「~の前の」、「コンセプション」は「お腹に赤ちゃんを授かること」という意味です。つまり、将来お父さんやお母さんになりたいと思ったときのために、今から心とからだの準備を整えておくことを言います。

本講座では、ライフスキル (WHOが提唱した健康教育) の10のスキルを育成し、心理・社会的能力、いわゆる「生きる力」を育てていくことを目指します。ユニークな動物たちの身近な疑問から始まり、「あなたならどうアドバイスする?」という問いに立ち止まって考えながら、子どもたちが自ら未来予想図を描いていけることを願っています。



ぼくといっしょにまなぼうよ!



科学研究費助成事業 基盤研究 (c) (一般) 課題番号 22K10943

「ライフスキル教育を基軸とした地域連携型プレコンセプションケアプログラムの開発」

●「さんかく岡山」へのアクセス●

住所: 岡山市北区表町三丁目14番1-201号 アークシア表町2階

■JR岡山駅から南東へ約1.5Km(徒歩約20分)

■路面電車

<清輝橋線>新西大寺町筋下車 東へ徒歩約1分

<東山線>西大寺町下車 西へ徒歩約3分

■天満屋バスステーションから南へ約500m(徒歩約7分)

■最寄りのバス停留所 新西大寺町筋バス停

*契約駐車場はありません。お車で越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

