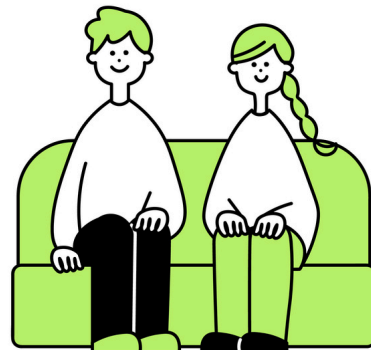


ライフプランセミナー

受講のしおり

これから2人で新生活をスタートしようとしている新婚夫婦などを対象に、結婚、妊娠・出産、子育てと仕事の両立など、これからのライフプランについて2人で考えていただく機会とするため、ライフプランセミナーを開催します。

(岩手県委託事業、公益財団法人いきいき岩手支援財団が受託)



① ライフプランセミナーの内容

(1) 内容

- ア 結婚、妊娠・出産、子育てと仕事の両立を含めた将来のライフプランを構築するにあたって、その前提となる知識・情報を提供し男性女性の2人で考えていただく機会とするもの。
- イ 出産直後の男性の休暇や育児休業取得・男性の家事・育児への参画を促進するきっかけとなるもの。

(2) 講師

今年度は、大学教員・助産師、医師、ファイナンシャルプランナーの方々を予定しております。

② 実施方法

本セミナーは、実生活に役立つ内容を学ぶ回と、これからの夫婦2人の人生で実現したいことを考えるためのヒントを学ぶ回で構成しています。

受講する回は自由に選択できます。会場での受講に加え、オンライン配信も行いますので、ぜひ複数の講師によるセミナーをご受講ください。今年度は、**会場・オンライン併催のハイブリッド方式回**と、その内容を録画のうえ、**YouTubにて限定公開の回**とで開催いたします。

開催スケジュールは「⑦講師紹介」、もしくはホームページ掲載の年間スケジュールをご覧ください。ご都合のよい日程でご視聴ください。

視聴用URLは、申込時にご記入いただいたメールアドレス宛に、当財団より直接お送りします。

受講方法などについてご不明な点がございましたら、下記連絡先までお気軽にお問い合わせください。

受講に関するお問合せ

“いきいき岩手”結婚サポートセンターライフプランセミナー事務局

☎ 019-625-7530 ✉ i-saponls@ikiiki-iwate.com

対応時間...平日 8:30~15:30

③参加申込方法

下記ホームページ内の入力フォームから直接お申込みください。

セミナー専用HP
<http://nls.ikiiki-iwate.com>



直近開催のセミナーを毎月受付中！
ホームページ内「日程・参加申込」ページの
【申込はこちら】をクリック！

④セミナーで使用する資料について

お申込み後、講義で使用する資料のダウンロード用URLをご登録いただいたメールアドレス宛にお送りします。講義はこれらの資料をもとに進めますので事前にダウンロードのうえご活用ください。

資料の印刷をご希望で、ご家庭に印刷環境がない場合は、お手数ですがお早めに当財団までご連絡ください。また、ホームページには夫婦のこれからの新生活に役立つ資料も掲載していますので、ぜひご覧ください。

⑤アンケートの提出について・受講証について

受講申込時にご記入いただいたメールアドレス宛に、webアンケートフォームのURLをお送りします。受講後は速やかにアンケートのご回答・送信をお願いいたします。

アンケートには提出期限がありますので、提出忘れにご注意ください。

受講後アンケートへの回答の確認をもって受講証を発行し、申込フォームへ記載の住所へ受講証を郵送します。アンケートへの回答は、ご夫婦で参加の方々もお一人ずつの入力をお願いします。

※アンケートの内容は今後のセミナー開催の参考とさせていただきますので、受講証を希望しない方もぜひ回答にご協力をお願いします。

⑥結婚新生活支援事業の補助金受給をされる方へ

各市町村が定める申請書や添付書類に、⑤に記載している受講証を添えて、各市町村の担当窓口にご提出ください。

なお、当セミナー専用ホームページに各市町村問合せ窓口の案内ページがございますので、補助金申請に関するお問合せの際にご活用ください。

⑦ 講師紹介

女性の健康・妊孕性
プレコンセプションケア

講師 アンガホッフア 司寿子 氏（助産師・岩手県立大学看護学部教授）

テーマ 産む・産まない、を含めた生殖の人生設計と女性の健康を考える

開催日時

第1回	令和8年5月24日（日）14：00～15：00 会場：盛岡市農林会館大会議室	会場受講 同時オンライン配信
第4回	令和8年8月15日（土）～8月23日（日）	YouTube限定公開【録画】
第7回	令和8年11月7日（土）～11月15日（日）	YouTube限定公開【録画】
第11回	令和9年2月20日（土）～2月25日（日）	YouTube限定公開【録画】

講演概略

将来子どもを持つ？持たない？持つならいつ？何人？といった夫婦の希望する家族のプランの実現のため、女性のこころとからだ、妊娠しやすさ（妊孕性）とプレコンセプション（受胎前）ケア、を中心とした健康支援について、わかりやすくお話しします。妊婦・出産・子育てに関わる助産師の視点から、男性女性ともに知っておきたい知識やサポート情報をお伝えします。

講師紹介

看護師/助産師として、産婦人科・周産期センター・高度不妊治療センターで臨床を経験。その後渡米し、米国看護師免許取得。帰国後は大学で研究教育に携わり、母性看護学・助産学の講義を担当。地域では不妊カウンセラーとしての不妊相談・自助グループ活動や小学生～高校生を対象に思春期講話を実践。盛岡市出身、看護学博士。専門は、有職既婚女性のリプロダクティブライフプランの支援。

共家事・共育て
夫婦で協力して家庭をつくる

講師 金谷 掌子 氏（助産師・岩手県立大学看護学部准教授）

テーマ 夫婦で“チーム育児・チーム家事”をどうつくる？知っておくと役立つこと

開催日時

第2回	令和8年6月21日（日）14：00～15：00 会場：盛岡市農林会館大会議室	会場受講 同時オンライン配信
第5回	令和8年9月19日（土）～9月27日（日）	YouTube限定公開【録画】
第8回	令和8年12月12日（土）～12月20日（日）	YouTube限定公開【録画】
第10回	令和9年1月30日（土）～2月7日（日）	YouTube限定公開【録画】

講演概略

夫婦協同育児は単に役割分担をするだけではないと言われていています。お互いを補完し合う相互補完という考え方が重要になってきます。また、自分や相手の「得意なもの」「不得意なもの」を理解することはもちろんのこと、余裕が無くなってしまふ時はどんな時か？等も含めて理解することが必要です。つまり、自己理解と他者理解が大事なのです。自己理解と他者理解に役立つ、女性と男性の視点から育児や家事のことについてお話をしていきます。

講師紹介

岩手県立大学看護学部を卒業後、関東の病院で助産師として勤務をする。縁があり、岩手県立大学看護学部の助手として入職し、助教、講師を経て准教授に至る。現在は、助産学や母性看護学の講義や実習の指導を担っている。また、開業助産師さんと育児相談を行っている（1回/月）。2025年3月に岩手県立大学大学院看護学研究科博士後期課程を終了した。

ライフイベントとお金 夫婦で家計を整える

講師 戸田 節子 氏 (ファイナンシャルプランナー)

テーマ ふたりの未来会議 ～幸せと安心をつくる家計の整え方～

開催日時

第3回	令和8年7月5日 (日) 14:00~15:00 会場:盛岡市農林会館大会議室	会場受講 同時オンライン配信
第6回	令和8年10月10日 (土) ~10月18日 (日)	YouTube限定公開【録画】

講演概略

結婚後の家計は、ふたりの幸せと安心を育てる大切な土台です。

この講座では、これからの暮らしに必要なお金や予定を見える化し、ふたりが未来について前向きに話し合える時間をつくります。新婚生活がより心地よくなるように、イベント表づくりを通して、ふたりらしい家計の形を一緒に見つけましょう。

講師紹介

盛岡市を拠点に活動するファイナンシャルプランナー (CFP®)。「ライフプラン&マネー教育サポート」代表として、学校や家庭、一般向けに金融教育や講演活動を行っています。商品を扱わない中立的な立場を大切にし、生活設計や家計管理、金融リテラシー向上を支援しています。新婚世帯から子育て期、シニアまで、幅広い世代が安心して未来を描けるよう寄り添いながらサポートしています。

男性の健康・仕事の両立 プレコンセプションケア

講師 米田 真也 氏 (岩手医科大学付属病院 総合診療科 医師)

テーマ 泌尿器科医・総合診療医が教える「プレコンセプションケア」と仕事の両立

開催日時

第9回	令和9年1月10日 (日) 14:00~15:00 会場:盛岡市農林会館大会議室	会場受講・同時オンライン配信
	翌1月11日 (月) ~1月18日 (月)	翌日からYouTube限定公開【録画】
第12回	令和9年3月13日 (土) ~3月21日 (日)	YouTube限定公開【録画】

講演概略

本講演では、新婚世帯を中心とした若い世代へ向けて、妊娠・出産を見据えたプレコンセプションケアについて取り上げます。プレコンセプションケアは、女性が中心になりがちですが、将来の妊娠・出産に関わる男性側の健康状態や生活習慣の重要性にも着目し、医師の知見も踏まえながら、早い段階からの健康管理の意義について男性・女性ともに必要な情報を解説します。

講師紹介

泌尿器科専門医として男性不妊やED治療の経験を持ち、現在は総合診療医として地域の幅広い健康問題に対応しています。専門的な医療知識と、一人の社会人・父親としての視点を融合させ、男性のためのプレコンセプションケアについて一緒に考えます。本講演では、男性特有の健康問題の解説に加え、若い世代の父親に向けて、妊娠・出産・育児・仕事についての実践的なアドバイスを行います。

令和8年度 | ライフプランセミナー年間スケジュール表

※都合により内容・スケジュールが変更となる場合がございます。最新情報はHPをご確認ください。

月	受講方法	開催日時・会場	申込締切日	講師	テーマ
5月	● 会場+オンライン	5月24日(日) 14:00~15:00 会場：盛岡農林会館 7階大会議室	5月22日(金) 12:00まで	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 アングホッフア 司寿子 氏	産む・産まない、を含めた生殖の 人生設計と女性の健康を考える
6月	● 会場+オンライン	6月21日(日) 14:00~15:00 会場：盛岡農林会館 7階大会議室	6月19日(金) 12:00まで	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 金谷 掌子 氏	夫婦で“チーム育児・チーム家事”を どうつくる？知っておくと役立つこと
7月	● 会場+オンライン	7月5日(日) 14:00~15:00 会場：盛岡農林会館 7階大会議室	7月3日(金) 12:00まで	ファイナンシャルプランナー 戸田 節子 氏	ふたりの未来会議 ～幸せと安心をつくる家計の整え方～
8月	● YouTube限定配信	8月15日(土)~8月23日(日)	8月19日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 アングホッフア 司寿子 氏	産む・産まない、を含めた生殖の 人生設計と女性の健康を考える
9月	● YouTube限定配信	9月19日(土)~9月27日(日)	9月23日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 金谷 掌子 氏	夫婦で“チーム育児・チーム家事”を どうつくる？知っておくと役立つこと
10月	● YouTube限定配信	10月10日(土)~10月18日(日)	10月14日(水)	ファイナンシャルプランナー 戸田 節子 氏	ふたりの未来会議 ～幸せと安心をつくる家計の整え方～
11月	● YouTube限定配信	11月7日(土)~11月15日(日)	11月11日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 アングホッフア 司寿子 氏	産む・産まない、を含めた生殖の 人生設計と女性の健康を考える
12月	● YouTube限定配信	12月12日(土)~12月20日(日)	12月16日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 金谷 掌子 氏	夫婦で“チーム育児・チーム家事”を どうつくる？知っておくと役立つこと
令和9年					
1月	● 会場+オンライン ● YouTube限定配信	1月10日(日) 14:00~15:00 会場：盛岡農林会館 7階大会議室	1月8日(金)	岩手医科大学付属病院 総合診療科 医師 米田 真也 氏	泌尿器科医・総合診療医が教える 「プレコンセプションケア」と仕事の両立
		1月11日(月)~1月18日(月) 録画編集したものを限定配信	1月14日(木)		
1月~2月	● YouTube限定配信	1月30日(土)~2月7日(日)	2月3日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 金谷 掌子 氏	夫婦で“チーム育児・チーム家事”を どうつくる？知っておくと役立つこと
2月	● YouTube限定配信	2月20日(土)~2月28日(日)	2月24日(水)	助産師・岩手県立大学看護学部准教授 アングホッフア 司寿子 氏	産む・産まない、を含めた生殖の 人生設計と女性の健康を考える
3月	● YouTube限定配信	3月13日(土)~3月21日(日)	3月17日(水)	岩手医科大学付属病院総合診療科 医師 米田 真也 氏	泌尿器科医・総合診療医が教える 「プレコンセプションケア」と仕事の両立

受講に関するお問合せ “いきいき岩手”結婚サポートセンター ライフプランセミナー事務局

TEL: 019-625-7530 E-mail: i-saponls@ikiiki-iwate.com



専用HPもチェック!