

《夫婦ともに受講する講座等》

*対象となる世帯は次のいずれかを受講してください。

*①②④については、受講のほか講座の運営補助・ボランティアによる参加も含まれます。

*講座の受講は、対面やリモートだけでなくE-ラーニングや動画視聴も可。

受講する講座等	例	URL等
①ライフデザイン支援講座の受講（乳幼児とふれあう体験や子育て世帯との意見交換を含む。）	・ ライフイベント（妊娠、子育て、老後等）に関して、自分自身の考えや見通しをあらかじめ整理するために必要な知識等を得る講座 （金融機関等が実施する結婚後や将来のマネープランの講座等）	
②プレコンセプションケアに関する講座の受講	・ 国立研究開発法人国立成育医療研究センター「プレコンセプションケア啓発動画2022」	
③医療機関への妊娠・出産に関する相談 ※ご夫婦でご相談ください。	・ 妊娠している、していないに関わらず、医療機関へ妊娠・出産・不妊の相談（有料・無料問わず） ・ 妊娠に関する受診（ブライダルチェック、婦人科健診など） ・ 産後の健診 など ※相談を受けたこと及び相談内容が分かる医療機関の領収書、診療明細書、母子手帳の写し等を提出してください。	
④共家事・子育て講座（男性の家事・育児参画のための講座を含む。）の受講。	・ 厚生労働省 共育プロジェクト セミナー動画	