

両親学級のお知らせ

①妊娠期について (対象：妊娠12週～)

- ・ 妊娠による体の変化
- ・ 妊娠中の生活
- ・ 妊娠中の食事
- ・ マイナートラブル
- ・ 妊娠中の異常や受診の目安について

②お産について (対象：妊娠28週～)

- ・ お産の流れと過ごし方
- ・ 呼吸法やマッサージ
- ・ 持ち物のポイント
- ・ 母乳育児・授乳について
- ・ 病棟の紹介

【開催日】

第4木曜日はオンライン（ZOOM）

第3土曜日は対面形式です。

開催時間は予約フォームをご確認ください。

（月により開催週が異なることがあります）

【料金】

840円

（次回の外来
受診時に含む）



【対象】 当院でご出産予定の妊婦さんとパートナーの方
妊婦さんお一人でも大丈夫です！

【予約方法】 左記QRコードまたは市民病院ホームページ
より、開催日の前々日までにご予約下さい。

[左記のQRコードを読み取る→マタニティクラス→
両親学級→該当する時期の☆お申込みはこちらを選ぶ→
申し込みフォームで参加日時を選択し予約する](#)

※ZOOMのIDとパスワードは開催前日の夕方までにメール
にてお知らせ致します。

ママ・パパ
準備はOK？

