

ママクラス



出産・育児準備クラスのご案内
2025年1月から再開します！

水曜日 13:30 から1時間半程度

クラス① 第1・3週（同じ内容）：お産の流れと陣痛の乗り越え方

＜内容＞ お産の進み方/陣痛を乗り越えるための過ごし方・呼吸/
お産に向けての準備/立会い時のサポートについてなど

＜対象＞ 32週以降の妊婦さんで、参加を希望される方
(当院で分娩予定の方優先)

＜ご家族の参加＞ 出産に付き添い予定のご家族1名のみ可
お子さんの参加は不可

＜定員＞ ご家族含め12名程度

クラス② 第4週：授乳と産後の生活について

＜内容＞ 母乳分泌のしくみ/栄養方法の選択について/授乳のコツなど

＜対象＞ 28週以降の妊婦さんで、参加を希望される方
(当院で分娩予定の方優先)

＜ご家族の参加＞ 不可

＜定員＞ 10名程度

※日程の詳細は予約フォームでご確認ください。

＜予約方法＞ @リンクアプリにてご予約ください。

＜持ち物＞ 飲み物、筆記用具

＜集合場所＞ 1F 待合ロビー