

マタニティークラスのご案内

ひよこママの会

妊娠による身体や生活の変化、妊娠中の栄養や歯の健康について考えます

対象 : 妊娠26週くらいまで
開催月 : 6月・9月・12月・3月
第1金曜日
時間 : 13:00~15:00
場所 : 教室



パパママの会

出産について考え、準備をするためのクラスです。

当院で出産予定の方は、ご夫婦お揃いで必ずご出席ください

対象 : 妊娠28週0日以降
開催月 : 毎月第4土曜日
時間 : 14:00~16:00
場所 : 大会議室

散歩ママの会

出産のためのからだづくり、免疫力アップのために散歩は効果的です

対象 : 妊娠20週0日以降
開催月 : 4月・7月・
10月・1月
第1金曜日
時間 : 13:00~15:00
場所 : 教室



おっぱいママの会

なぜ母乳育児なのか、母乳育児成功の秘訣などを皆さんと一緒に考えます

対象 : 妊娠22週0日以降
開催月 : 奇数月の第2土曜日
時間 : 14:00~16:00
場所 : 大会議室

* 母子手帳と妊娠・出産サポートブックをお持ちになり、実施会場へお越しください。

* お子様連れでの参加もできます。音のしない柔らかい素材のおもちゃや、絵本などをお持ちください。

* 都合により日時・場所などを変更する場合があります。詳しくは、女性診療科外来までお問い合わせください。