

# マタニティークラスのご案内

開催日時



毎月 第2・3月曜日  
14時00分 ~ 16時00分  
\*祝日の場合は、前後にずれます

集合時間



13時45分~

場 所



新棟4階病棟 多目的室

予 約



予約センター ☎ 0297-72-0015

受付時間:月~金...8:30~17:00

土(第1.3)...8:30~12:30

\*定員がありますので、お早めにお申し込みください

内 容



持ち物



母子手帳

マタニティークラス前期 定員(10名)

(第2月曜日)16週~

- ・妊娠後半期について
- ・乳頭のお手入れについて
- ・分娩の準備について
- ・妊婦中の栄養
- ・妊娠体操  
(体操のできる服装で)

マタニティークラス後期 定員(6組)

(第3月曜日)30週~

※パパも参加OKです!

- ・入院のタイミングと準備について
- ・分娩の経過と補助動作
- ・分娩室の見学

