

母親学級のご案内



- 日時 第1・2・3水曜日 午後2時から4時
- 会場 別館2階大会議室
- 費用など 無料、予約不要
- 持ち物 バース（外来指導室にて、初期・または初回受診時にお渡ししています）
母子健康手帳

注意事項

- 基本的には、当院で分娩予定の方が対象です。
- 下記表の受講月数は目安です。ご都合に合わせてお越しください。
- 第2週は妊婦体操などを実施しますので、動きやすい服装でご参加ください。
- 第1～3水曜日で祝日にあたる時の開催はありません。急な変更もございますので、産婦人科外来に、掲示してある開催日を、ご確認くださいませようお願いします。

	内容	講師	受講月数
第1週	妊娠の経過と摂生 妊娠中の栄養 母と子の歯の栄養	産婦人科医師 管理栄養士 歯科医師	妊娠5か月 前後
第2週	妊娠中の乳房ケア 妊婦体操（実技） 呼吸法（実技） 病棟見学	助産師	妊娠6か月 前後
第3週	新生児の保育 妊娠後半期のこころえ 分娩の経過と準備 （DVD視聴あり）	小児科医師 助産師	妊娠7か月 前後