

# 母親学級のご案内

日時：第1・2・3水曜日 午後2時～4時

会場：別館2階大会議室

持ち物：バース、母子手帳

費用：無料 予約は不要です



## 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いただきますようお願いいたします。

	内容	講師	受講月数(目安)
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