

ひよこクラス（母親学級）のご案内

お産準備クラス

毎月第1・3火曜日

時間：10：30～11：30 定員：10名（妊婦さんのみ）

★出産が楽しみになる魔法の準備クラス

～世界でひとつのMy Birth Plan～★

お産が楽しみになり、あなただけのバースプランが完成します。

持ち物：母子手帳、ハッピーマタニティノート
筆記用具、バースプラン用紙

産後準備クラス

毎月第2・4火曜日

時間：10：30～11：30 定員：10名（妊婦さんのみ）

★産前準備が産後を決める～ママの笑顔が家族の笑顔～★

出産後のママの心を楽しむ秘訣が満載。

産後の準備は妊娠中の今から始めましょう。

持ち物：母子手帳、ハッピーマタニティノート
筆記用具

家族クラス

毎月第1・3土曜日、第2火曜日

時間：13：30～14：50 定員：6組

（妊婦さんとそのご家族2人1組でご参加下さい）

★家族と過ごすお産と産後～ママはひとりじゃない～★

お産中や産後における家族のサポート方法など、
情報満載な充実クラスです。

持ち物：母子手帳、ハッピーマタニティノート
筆記用具



対象

当院通院中の妊婦さんならどなたでもご参加いただけます

申込方法

各開催4週間前より@linkにてご自身で予約をお取り下さい。

キャンセルされる場合もご自身で@linkにてお願いします。

いずれも事前学習動画をご視聴の上ご参加ください。

（事前学習動画はWovieで配信中です）

感染対策について：マスク着用、入室時の手指消毒をお願いします。