# ⇔安心マタニティクラス受講のお知らせ⇔

当院では、妊婦さんが快適なマタニティライフを過ごすことが出来、安心で安全なお 産に臨める様にサポートさせていただきます。

「大丈夫。安心して産まれておいで♡」そんな風に前向きに当院のマタニティクラスに参加し、マタニティライフを楽しめるよう助産師と一緒に学んでみませんか?

※新型コロナウイルス感染拡大の為、しばらくの間、安心マタニティクラス(初期・ 後期)はビデオ会議システム【ZOOM】を使ってオンラインで行うことになりました。ご自宅でご主人様と一緒にぜひご参加ください。

## 《対象と内容》

#### 初期 12~20 週

妊娠中の安産食事(栄養士と助産師) 妊娠中よくあるマイナートラブルと対応策 快適なマタニティライフの過ごし方

### 後期 32~36 週くらいまで

分娩の流れと安産のコツ お産に向けて心と身体の準備 母乳育児の成功のポイント



《日時・定員》(月により多少変更がございますので、日程をご確認ください)

第1日曜 10:00~11:30 初期

13:00~14:30 後期

第3日曜 10:00~11:30 初期

13:00~14:30 後期

#### 《その他》

- ●完全予約制です。お電話でのみご予約いただけます。
- ●参加費 後期のみ¥2000です。後日のご精算となります。
- ●後期マタニティクラスをご受講された方には入院時に授乳服ブランド MO HOUSE ブラをプレゼントいたします。