



北堀江

奏でレディースクリニック

## ❀ 母親(両親)学級のお知らせ ❀

産前産後の体の変化や、産後の過ごし方などを助産師よりお話をいたします。

❀日時：令和3年1月23日(土) 13時～14時半

❀対象：妊娠20～28週頃の妊婦様

他院で妊婦健診を受けている妊婦さんの参加も、大歓迎です。

(感染予防のため、ご家族での参加はご遠慮いただきますようお願いいたします)。

❀料金：500円

❀持ち物：母子手帳、水分補給できるもの

マスクの着用をお願いいたします。

❀内容：お産の進み方、陣痛中の過ごし方、おっぱいのお手入れについて、

出産・育児に向けて、準備すると良いもの、など。

教室終了後、30分程度の質問時間を設けます。お気軽にご質問ください。

おしゃべりしながら、妊娠中や出産・育児に関する不安を解消して、

楽しい子育てをスタートしましょう♪

ママ友作りや情報交換の場として、気軽に参加してみませんか？

**\*要予約です。申込は開催の1週間前です。**

参加人数が一定数に達しない場合、開催されない場合がありますのでご了承ください。