



両親学級のご案内

【日時】：令和元年 12月7日（土）

【受付】 13：00～

【時間】 13：30～15：30

【対象】：妊娠 32 週以降のご夫婦（1 月末までの予定日の方）

【定員】：4 組（定員になり次第締め切らせていただきます）

【内容とスケジュール】

①妊婦体験

*参加されるご主人に両親学級中、妊婦体験を行っていただきます。

②お産をイメージしよう

*お産の流れ、イメージ、不安、疑問を夫婦で話し合ってみましょう。

③夫婦で出産に向けて今すぐできること

*マッサージを実際にやってみましょう。

④出産前後におけるお互いの体や心の変化について知ろう

【場所】 野田医院・ビクス室

【費用】 無料

【お申し込み方法】 野田医院ホームページ

【お持ちいただくもの】 母子健康手帳

【服装】 動きやすい服装

みなさんのご参加お待ちしております🌷