

# マタニティークラスのご案内

開催日時



毎月 第 2 ・ 3 月曜日  
14時00分 ~ 16時00分  
\*祝日の場合は、前後にずれます

集合時間



13時45分~

場 所



新棟4階病棟 多目的室

予 約



予約センター ☎ 0297-72-0015

受付時間：月~金・・・ 8：30~11：30  
13：30~17：00

土（第1,3）・・・8：30~12：30

\*定員がありますので、お早めにお申し込みください

内 容



持ち物



母子手帳

マタニティークラス前期 定員（10名）

（第2月曜日）16週~

- 妊娠後半期について
- 乳頭のお手入れについて
- 分娩の準備について
- 妊婦中の栄養
- 妊娠体操  
（体操のできる服装で）

マタニティークラス後期 定員（6組）

（第3月曜日）30週~ ※パパも参加OKです！

- 入院のタイミングと準備について
- 分娩の経過と補助動作
- 分娩室の見学



JAとりで総合医療センター 産婦人科

