



## 平成 30 年度 後期 マタニティクラス日程表

(平成 30 年 10 月～平成 31 年 3 月) 会場：5 階西病棟 多目的室

☆全クラスの受講をお勧めしています。

☆全クラス 13：30～(受付 13：20～)開始となります。時間に余裕を持ってお越しください。

受講時間は約 2 時間です。

☆キャンセルする場合は必ずお電話でご連絡ください。

☆お子様連れでの受講はご遠慮頂いておりますのでご了承ください。

☆駐車場ご利用の方は、駐車券+母子手帳を持参し 1 階総合案内にて割引の手続きができます。

### <予約方法>

電話【仙台市立病院 (代) 022-308-7111】でのご予約となります。受付時間は平日 9：00～12：00 です。

マタニティクラスの予約・変更・キャンセルをお申し付けください。その際、診察券番号・予定日・初産 or 経産・夫立会い分娩希望の有無をお伝えください。

### <夫立会い分娩希望の方へ>

1) 4 クラスをご本人が受講

2) 5 クラスをご夫婦で受講

上記 2 つの条件を満たした場合に限り、夫立会い分娩が可能となりますのでご了承ください。

☆4・5 クラスは人気クラスです。妊娠 30 週以降を目安にお早目にご予約ください。

### ①産科の先生に聞いてみましょう+②小児科の先生に聞いてみましょう (定員 30 名)

10 月 16 日(火)	11 月 20 日(火)	12 月 18 日(火)
1 月 15 日(火)	2 月 19 日(火)	3 月 19 日(火)

### ③栄養士さんに聞いてみましょう (定員 15 名)

10 月 11 日(木)・25 日(木)	11 月 8 日(木)・22 日(木)
12 月 13 日(木)・27 日(木)	1 月 10 日(木)・24 日(木)
2 月 14 日(木)・28 日(木)	3 月 14 日(木)・28 日(木)

### ④母乳育児をしてみませんか? (定員 20 名：夫立会い希望の方はご本人が必ず参加)

10 月 3 日(水)・10 日(水)・17 日(水)・24 日(水)
11 月 7 日(水)・14 日(水)・21 日(水)・28 日(水)
12 月 5 日(水)・12 日(水)・19 日(水)・26 日(水)
1 月 9 日(水)・16 日(水)・23 日(水)
2 月 6 日(水)・13 日(水)・20 日(水)・27 日(水)
3 月 6 日(水)・13 日(水)・20 日(水)・27 日(水)

### ⑤赤ちゃんを迎えるために・お産の流れを知ろう (定員 12 組：夫立会い希望の方は必ずご夫婦で参加)

10 月 2 日(火)・5 日(金)・9 日(火)・12 日(金)・19 日(金)・26 日(金)
11 月 2 日(金)・6 日(火)・9 日(金)・13 日(火)・16 日(金)・30 日(金)
12 月 4 日(火)・7 日(金)・11 日(火)・14 日(金)・21 日(金)・28 日(金)
1 月 4 日(金)・8 日(火)・11 日(金)・18 日(金)・25 日(金)・29 日(火)
2 月 1 日(金)・5 日(火)・8 日(金)・12 日(火)・15 日(金)・22 日(金)
3 月 1 日(金)・5 日(火)・8 日(金)・12 日(火)・15 日(金)・22 日(金)

### ★マタニティヨーガ★ \*有料：1 回¥1000 です。

妊娠 19～22 週の超音波検査が終了した方が対象となります。D ブロック産婦人科外来でお申し出ください。

『マタニティヨーガ申込兼説明書』に基づき受講可能か確認後に予約できます。

10 月 4 日(木)・18 日(木)	11 月 1 日(木)・15 日(木)	12 月 6 日(木)・20 日(木)
1 月 17 日(木)・31 日(木)	2 月 7 日(木)・21 日(木)	3 月 7 日(木)