

【 平成31年度後期 マタニティクラス日程表 】

(2019年10月～2020年3月) 会場：5階西病棟多目的室

1クラス 妊娠出産育児について話そう聞こう 担当・産科医師・小児科医師・薬剤師・助産師 (定員 30名)

10月 15日(火)	11月 19日(火)	12月 17日(火)
1月 21日(火)	2月 18日(火)	3月 17日(火)

2クラス ママと赤ちゃんの食事について 担当・栄養士・助産師 (定員 15名)

10月 10日(木) 24日(木)	11月 14日(木) 28日(木)	12月 12日(木) 26日(木)
1月 9日(木) 23日(木)	2月 13日(木) 27日(木)	3月 12日(木) 26日(木)

3クラス 育児の準備をはじめよう 担当・助産師 (定員 20名：夫立会い分娩希望の方は必ずご本人が受講)

10月 2日(水) 9日(水) 16日(水) 23日(水)	11月 6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)	12月 4日(水) 11日(水) 18日(水) 25日(水)
1月 8日(水) 15日(水) 22日(水) 29日(水)	2月 5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)	3月 4日(水) 11日(水) 18日(水) 25日(水)

4クラス 自分らしくお産に臨もう 担当・助産師 (定員 12組)

パパママクラス：パパママ2人で受講：夫立会い分娩希望の方は必ずご夫婦で受講

10月 1日(火) 4日(金) 8日(火) 11日(金) 18日(金) 25日(金)	11月 1日(金) 5日(火) 8日(金) 12日(火) 15日(金) 22日(金)	12月 3日(火) 6日(金) 10日(火) 13日(金) 20日(金) 27日(金)
1月 7日(火) 10日(金) 14日(火) 17日(金) 24日(金) 31日(金)	2月 4日(火) 7日(金) 14日(金) 21日(金) 28日(金)	3月 3日(火) 6日(金) 10日(火) 13日(金) 27日(金) 31日(火)

ファミリークラス：1人で受講 または 退院後の育児サポートされるご家族(1～2人)と一緒に受講

10月 17日(木)	11月 21日(木)	12月 19日(木)
1月 16日(木)	2月 20日(木)	3月 19日(木)

★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。共通診療ノートと『マタニティヨーガ申込兼説明書』で確認後に予約できます。

10月 3日(木)	11月 7日(木)	12月 5日(木)
1月 30日(木)	2月 6日(木)	3月 5日(木)