

## 【 平成31年度 前期 マタニティクラス日程表 】

(平成31年4月～平成31年9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)

4月 16日(火)	5月 21日(火)	6月 18日(火)
7月 16日(火)	8月 20日(火)	9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)

4月 11日(木) 25日(木)	5月 9日(木) 23日(木)	6月13日(木) 27日(木)
7月 11日(木) 25日(木)	8月 8日(木) 22日(木)	9月 12日(木) 26日(木)

**3クラス 赤ちゃんを迎える準備をはじめよう** 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)

4月 3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)	5月 8日(水) 15日(水) 22日(水) 29日(水)	6月 5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)
7月 3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)	8月 7日(水) 14日(水) 21日(水) 28日(水)	9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

4月 2日(火) 5日(金) 9日(火) 12日(金) 19日(金) 26日(金)	5月 7日(火) 10日(金) 14日(火) 17日(金) 24日(金) 31日(金)	6月 4日(火) 7日(金) 11日(火) 14日(金) 21日(金) 28日(金)
7月 2日(火) 5日(金) 9日(火) 12日(金) 19日(金) 26日(金)	8月 2日(金) 6日(火) 9日(金) 13日(火) 16日(金) 23日(金)	9月 3日(火) 6日(金) 10日(火) 13日(金) 20日(金) 27日(金)

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(複数人可)と一緒に受講

4月 18日(木)	5月 16日(木)	6月 20日(木)
7月 18日(木)	8月 15日(木)	9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。

4月 4日(木)	5月 30日(木)	6月 6日(木)
7月 4日(木)	8月 1日(木)・29日(木)	9月 5日(木)

# マタニティクラスのご案内

☆全てのクラスを受講されることをお勧めしております。

初産の方、当院分娩が初めての方は必ず全クラス受講しましょう。

☆開始時間は全クラス 13:30~(受付は 13:20~)となります。受講時間は約 2 時間です。

**1階での受付は不要です。** 予約日に会場まで時間に余裕を持ってお越しください。

☆持ち物 母子手帳 ・テキスト・筆記用具

～予約方法～

お電話で予約いたします。平日 9:00~12:00 に仙台市立病院 (代) Tel.022-308-7111 に電話し、マタニティクラスの予約・変更・キャンセルと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。

☆キャンセルする場合は必ずお電話でお知らせください。

※お子様連れでの受講はご遠慮頂いておりますのでご協力願います。

※駐車場ご利用の方は、受講後に駐車券+母子手帳を持参し、1階総合案内にて割引の手続きが行えます。

\*夫立会い分娩希望の方へ\*

1) 3クラスをご本人が受講

2) 4クラス (パパママクラス) 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。

(3・4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)

☆ファミリークラスはお一人で受講または、退院後の育児サポートされるご家族 (複数人可) と一緒に受講できます

	内容	担当	受講期間・受講日
1 クラス	妊娠出産育児について話そう聞こう  ママと赤ちゃんのこれからの経過と注意点を 知って妊娠生活を楽しまう	産科医師 小児科医師 薬剤師 助産師	月 日 ~ 月 日  受講日 /
2 クラス	ママと赤ちゃんの食事について  ママと赤ちゃんの健康な体を作る 食事について考えてみよう	栄養士 助産師	月 日 ~ 月 日  受講日 /
3 クラス	育児の準備をはじめよう  妊娠中の準備と産後の赤ちゃんとの 生活について考えてみよう	助産師	月 日 ~ 月 日  受講日 /
4 クラス *パパママクラス *ファミリークラス	自分らしくお産に臨もう  赤ちゃんのご家族と一緒に乗り越える お産について考えてみよう	助産師	月 日 ~ 月 日  受講日 /