

出産準備クラス

～赤ちゃんを迎える準備をしよう～

- ☆日時 : 火曜日 ①13:00 ②14:30～ ※1時間半程度を予定しています
1時間程度を予定しています
- ☆場所 : 対応棟1階
- ☆集合場所 : Dブロック受付前(12:50までに受付してください)
- ☆参加費 : 500円
- ☆持ち物 : 母子健康手帳、飲み物、Birth
- ☆参加対象 : 妊娠中期以降(妊娠16週～35週)の妊婦さんとご家族様1名
参加申し込み時にお伝えください

☆プログラム内容

- 「妊婦体操」
- 「入院準備物品」
- 「入院のタイミング」
- 「お産の経過や過ごし方」
- 「呼吸法・リラックス法」

※動きやすい服装でご参加ください



☆当日の流れ

再来機で診察券を通し、2階Dブロック受付に予約票と母子健康手帳を渡してください。
参加者全員が揃ったら会場までご案内します。

☆参加を希望される方

妊婦健診又は電話にて参加申し込みを行ってください。
電話する際は平日午後(13時から16時)に産婦人科外来保健指導室までご連絡ください。

☆連絡先

TEL : 073-451-3181

ご参加お待ちしております！

和歌山労災病院 産婦人科

