「出産準備クラス」「育児準備クラス」 ご案内

「出産準備クラス」

☆プログラム内容

「妊婦体操」

「お産の経過や過ごし方」

「呼吸法・リラックス法」

☆日時:第3火曜日 14:00~1時間程度



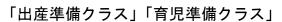
「育児準備クラス」

☆プログラム内容

「乳頭マッサージ~母乳育児にむけて~」 「抱っこの仕方、おむつの替え方」

「沐浴」

☆日時:第2火曜日 14:00~1時間半程度



☆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

☆参加費 :500円 ☆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。



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

