

オンラインマザークラスのご案内

2022年10月～2023年3月開催

現在、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、集合でのマザークラス（MC）の開催を中止させていただいています。また、院内感染の予防の観点から立ち合い出産や入院中の面会も制限している状況ですが、少しでも皆様に安心して出産していただけるようオンラインでMCを開催する事にしています。

前向きに出産・育児に取り組めるよう、ぜひ、参加してみませんか。

参加費
無料

テーマ	日時	開催予定日	内容
MC①妊娠編 ～私の妊娠～	偶数月 第1or2火曜日 13:30～14:30	10/4、12/6、2/7	◆ 妊娠中の身体の変化と日常生活のポイント ◆ 妊娠～産後までの身体づくり ※動きやすい服装で参加して下さい。
MC②母乳・育児編 ～私の育児～	奇数月 第1or2火曜日 13:30～14:30	11/1、1/10、3/7	◆ 母乳について ◆ 育児について ※実際に練習します。 新生児用紙オムツ、ぬいぐるみ、バスタオル、授乳クッションをご準備ください
MC③分娩編 ～私のお産～ ★帝王切開の方は個別指導を予定	毎月 第2or3or4or5 火曜日 13:30～14:30	10/11、10/25 11/8、11/22 12/13、12/27 1/17、1/31 2/14、2/28 3/14、3/28	◆ 入院の準備 ◆ お産の仕組みと呼吸法 ◆ 分娩進行と入院のタイミング ◆ 出産の身体づくり
MC④ パパマクラス ～私たちの未来図～	毎月 第3日曜日 13:30～14:30	10/16、11/20 12/18、1/15 2/19、3/19	◆ 産後の心身の変化 ◆ 夫婦での育児 ◆ 沐浴の方法 ※実際の沐浴をご覧頂きます ※必ず夫婦でご出席ください

※祝日等で開催日が変更になることがあります。定員に達したら締め切りますので早めにお申込み下さい。

★申し込み方法★

◆下記の電話番号からお申し込みください。
古賀総合病院 TEL 0985-39-8888

◆申し込み締め切り
MC①～③開催日前の金曜日まで
MC④ 開催1週間前の日曜日まで

◆開催日の前日までに受講に必要なURLを送付致します。連絡が無い場合は、下記の電話番号までお知らせください。

★用意するもの★

- ◆スマートフォンor iPad or パソコン
- ※インターネット回線、カメラ機能のあるもの
- ◆「わたしの未来図」(テキスト)
- ◆母子健康手帳
- ◆筆記用具



事前にアプリ『ZOOM Cloud Meetings』のダウンロードをお願いします

★問い合わせ先★

社会医療法人同心会 古賀総合病院 産婦人科
TEL 0985-39-8888