

★ 妊ママクラス ★

参加者からの声!!

- 育児の不安なども助産師さんや一緒に参加した方とお話しもできて、不安を和らげることができました。
- 授乳や沐浴の実施ができたのが良かったです。助産師さんも気さくな方で、質問し易くて不安な事も色々聞けたので安心しました。

- 妊ママクラスへ参加し、少し不安が解けた。もともと骨盤のゆがみがあり、極度の冷え症もあります。整体に通ったこともありましたが、自分の力で改善できる事を知り、今後頑張ろうと思います
- お腹が拳がったことも実感でき、赤ちゃんの為にも自分のためにも今後継続していきたい。

- 産痛緩和のマッサージが気持ちよかった。
- とても分かりやすかった。出産日の近いママとも話せて良かったです。
- 自分自身が思っている出産より苦しいものではないと感じた。リラックスした気持ちで迎えられそうです。
- 具体的に入院時に持ち込みたいものなど夫と考えたいと思います。