

妊ママ クラス



※これまで行っていた妊ママクラス2回目、3回目の名称をそれぞれ変更しましたが、内容は同じです

参加費無料
定員6名
(事前予約制)

[開催日] ▶▶妊ママクラス～育児編～

第2月曜日(午前・午後) 第4水曜日(午前・午後)

▶▶妊ママクラス～出産編～

第2水曜日(午前・午後) 第4月曜日(午前・午後)

[時間]

~~午前 : 9:00～12:00~~

▶▶午後 : 13:30～16:30

現在、午前中のクラスは
行っておりません

※開催日は変更することがあります。イベントカレンダーを確認し、予約を入れてください

～育児編～

- おっぱいが出る仕組み
- 妊娠中のおっぱいケア
- 赤ちゃんについて
- 産後の生活
- プレママ体験 ……など

～出産編～

- お産の準備
- お産の始まりと流れ
- お産までの過ごし方
- お産に向けた心の準備
- ~~●お産ケアの見学~~ ……など

事前の学びが、出産、育児がとてもスムーズになります。ぜひ参加してください!!