

母親学級開催のお知らせ

聖隷淡路病院では、『母親学級』を毎月開催していく事となりました。当院の『母親学級』は妊娠・出産・産後の不安を少しでも解消し健やかな妊娠期を過ごせるように運営致します。同じ境遇の妊婦さんも集まるため、プレママや仲間づくりにも役立てられればと思います。是非この機会にご参加ください。

開催概要

【場所】 聖隷淡路病院 6階大ホール

【開催日時】 12月19日(土)・1月16日(土)・2月20日(土)・3月19日(土)

母親学級前期(妊娠28週まで) 10:00～12:00

母親学級後期(妊娠28週以降) 14:00～16:00

※平成28年度の開催予定につきましては、日時が決定し次第追加します。

【持ち物】 母子手帳・ボールペン・冊子「ほのぼの」

【参加費】 500円(お茶代含む)

※母親学級への参加は事前予約が必要です。



当日のプログラム

聖隷淡路病院の母親学級では、妊娠28週までと妊娠28週以降の2グループに分けてプログラムを構成しています。妊娠28週までの方には、妊娠中の食事や日常生活で気を付けるべき点、28週以降の方には、分娩時の留意点やより具体的な育児についての実技・お話をします。

母親学級前期(妊娠28週まで) 10:00～12:00

- ① 妊娠中の栄養(管理栄養士のお話)
- ② 妊娠中の生活(マイナートラブル)
- ③ 分娩の準備(育児用品について・バースプランの説明)
- ④ マタニティービクス体験

母親学級後期(妊娠28週以降) 14:00～16:00

- ① 分娩経過と呼吸法
- ② 乳頭マッサージ
- ③ 新生児の生理
- ④ 育児技術(沐浴・オムツ交換・授乳姿勢)
- ⑤ マタニティービクス体験

※28週以降の母親学級には、ご家族さんも参加可能です。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

聖隷淡路病院