

集団マタニティ エクササイズクラス

このクラスは、妊娠中に骨盤底筋のトレーニングや全身のエクササイズを行うクラスです。

開催日：毎月第1・3水曜日

時間：①13時～ ②14時～

受付：産科外来(16番)

持ち物：水分、タオル、診察券
動きやすい服装

対象：医師より許可が出ている方



お願い

クラス開始前にお手洗いを済ませてください。

予約時間の15分前には産科外来にお越しください。

体調不良やキャンセル時は、連絡先：053-474-2222(代)

予約変更は、産科外来受付で変更してください。



予約

検診・診察時に

産科外来受付へお声がけください。

2回目以降の予約も産科外来受付で行ってください。