

# はぐくみ教室 (ママパパ教室)

日時：第1・3木曜日  
13：30～15：30  
場所：健康教室

費用：1,238円

持ち物：筆記用具  
母子手帳・診察券

対象：妊娠28週以降の方  
とそのご家族

ご家族の方も  
ぜひご参加ください！

## 第1木曜日

### レッスン1 育児編

## 『赤ちゃんのいる暮らし』

～家族で赤ちゃんを迎える準備を～



## 第3木曜日

### レッスン2 分娩編

## 『お産を知ろう！』

～分娩をイメージしてみよう～



- ◆ ご予約は産科外来受付にて行います。電話予約も可能です。
- ◆ 当日は診察券を再診機に通して産婦人科外来の受付で手続き後健康教室へお越しください

※必ずマスクの着用をお願い致します