

# 出産準備クラス

北野病院では、妊娠中の身体の変化や過ごし方、お産中の流れなどについて知って頂くため、出産準備クラスを開催しています。

パートナーの方にもぜひ参加して頂き、奥様の妊娠中の心の変化や注意すべき点について知って頂ければと思います。その上で、ご夫婦で一緒に出産を迎え、素敵な命の誕生の瞬間を味わってほしいと考えています。

母子	対象	日時	内容
前期 クラス	妊娠初期 ～ 32週まで (定員40名)	第3火曜日 第4土曜日 10～12時	・妊娠中の身体や心の変化 ・安産に向けての運動や食事 ・妊婦体操
後期 クラス	妊娠28週 ～ 32週まで (定員40名)	第1土曜日 第2土曜日 10～12時	・出産の流れ ・出産に向けてのマッサージ法 ・出産時の呼吸法 ・産科病棟のお部屋見学

※出産時の立ち会いは、パートナーの方のみ可能です。

立ち会い出産をご希望の場合、必ずパートナーも『出産準備クラス後期』の受講をお願いします。立ち会い経験のある方でもクラスへの参加は可能です。

- ・予約方法：3階Cブロックで直接予約（※電話予約不可）
- ・参加費：1人1,080円（税込）
- ・開催場所：北野病院5階きたのホール

※完全予約制

妊娠中に食べたらダメなものって何？ どうやって赤ちゃんは生まれてくるの？ 産むときの痛みって鼻からスィカって本当？ など、妊婦やご家族の方々が安心してお子さまの誕生に臨めるように、妊娠中～お産についての様々な疑問・質問に答えられるよう準備をしています。妊娠・出産について、私たちと一緒にじっくり考えてみませんか？

皆さまのご参加をお待ちしております！

