

# マタニティクラス“あいあい”

助産師は、あなたの出産・育児を応援します

(平成31年1月のお知らせ)

|      |                          |   |
|------|--------------------------|---|
| 第1回目 | 1月 19日(土)<br>13:30~15:30 | 素敵にマタニティライフ<br>心地よい妊娠期を過ごす工夫  |
| 第2回目 | 1月 26日(土)<br>13:30~15:30 | お産のメカニズムを知ろう<br>先輩ママからのお産の体験談                                       |
| 第3回目 | 2月 1日(金)<br>10:00~12:00  | あなたらしいお産ってどんなお産?<br>「身体の声を聴く」「赤ちゃんと呼吸をそろえる」                         |
| 第4回目 | 2月 5日(火)<br>10:00~13:00  | 新しい家族を迎えるにあたって大切にしたいこと<br>お産後の生活 イメージを作っていきましょう<br>終了後ランチ会を予定しています。 |

(日程については11月現在の予定です。今後変更される場合があります)

対 象 : 妊娠20週以降の方

パートナー、グランママ・他院分娩の方も大歓迎

母子手帳をご持参のうえ動きやすい服装でお越し下さい。

参加費 : 1回につき2,000円

初回テキスト代1000円、最終日昼食代1,000円 別途必要です。

保 育 : 保育料1人につき300円 申し込みの際にご相談ください。

場 所 : 横浜市金沢区六浦2-14-12

山本助産院 地下ホール

玄関のベルはならさずお入りいただき、直接地下ホールへお越し下さい。

駐車場が少ないため、なるべく電車バスをご利用ください。

申し込み方法 : 山本助産院HP申し込みフォームに入力しメールしてください。

ご予約は、妊婦健診時またはE-mail・お電話でお申し込みできます。

欠席される方は必ずご連絡下さい。

問い合わせ先 : TEL 045-788-6601 山本助産院

高橋携帯 090-9958-4117

e-mail [keiko118@mb.infoweb.ne.jp](mailto:keiko118@mb.infoweb.ne.jp)

ファシリテーター助産師 : 高橋 景子

“あいあい”は、和気あいあいの意味をこめました。楽しい語らいの場にしましょう。