

2024年度

当センターで分娩予定の方へ

# ファミリークラス

全日程 **13:00~** (15分前には再来機を通り、産婦人科外来で受付下さい)

南館 1階 **保健教室** (小児科外来前)

## 妊娠 20 週まで (前期)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
4/10	5/8	6/12	7/10	8/14	9/11	10/9	11/13	12/11	1/8	2/12

## 妊娠 28 週以降 (後期)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4/12	5/10	6/8	7/13	8/10	9/14	10/12	11/9	12/14	1/11	2/8	3/8
4/27	5/25	6/22	7/27	8/24	9/28	10/26	11/30	12/28	1/25	2/22	3/22

土曜日に受講される場合は再来機を通さず、直接**保健教室**(南館)へお越しください

前期のおはなし (約120分)

前期・中期の赤ちゃんのようす  
妊娠中の生活や過ごし方  
母乳栄養、母児同室について  
歯の健康  
妊娠中の栄養の取り方  
妊娠中の異常  
緊急時、予約外の受診方法など

後期のおはなし (約120分)

お産の準備について  
入院の時期・方法  
入院に必要なもの  
お産の経過について  
お産の進行・対処方法  
グループワーク  
沐浴の方法について  
病棟見学 (病棟見学は妊婦さんのみ)

**あゆみ**(テキスト)・筆記用具・診察券  
母子手帳をお持ちください

注意事項をよくお読みください

# 申込み方法

健診で  
予約

妊婦健診時にご予約をお取りください

電話で  
予約

平日 14:00 ~ 16:00 に、  
**06-6692-1201** (代表) へ、お電話で申込みください  
産婦人科外来にファミリークラスの予約とお伝えください

※予約枠に上限がございます。ご希望に添えないこともありますのでご了承ください。

## 注意事項

- ・ 参加者の同席は1名でお願いします
- ・ 一緒に育児される方の参加をおすすめします
- ・ お子様を連れての来院・受講はご遠慮ください
- ・ 不織布マスクをご着用ください
- ・ 体調不良の方はご参加頂けません
- ・ ご参加いただく前に体温・体調をお伺いします

当日は  
体温測定して  
からご来院  
ください

## 当日のながれ

12:45

### 受付&保険教室へ移動

1. 再来機に診察券を通す
2. 産婦人科外来の受付で母子手帳を提出
3. お呼びするまで外来前でお待ちください

土曜日受講の方は、再来機を通さず  
そのまま保健教室へお進みください

13:00

### 受講

**前期のおはなし**  
前期・中期の赤ちゃんのようす  
妊娠中の生活や過ごし方  
母乳栄養、母児同室について  
歯の健康  
妊娠中の栄養の取り方  
妊娠中の異常  
緊急時、予約外の受診方法など

**後期のおはなし**  
お産の準備について  
入院の時期・方法  
入院に必要なもの  
お産の経過について  
お産の進行・対処方法  
グループワーク  
沐浴の方法について  
病棟見学\*

休憩  
10-15分

15:00

終了時刻は前後する場合があります  
受講後は、母子手帳を受取ってご帰宅下さい

※ 病棟見学は妊婦さんのみとなります。  
同席者の方は、保健教室でお待ちいただきます。