



# オンライン母親学級を 開催します



## \* 日 時

第1～4週 土曜日 14時～15時

\* 週によって講座内容が異なります。

### 第1週

- ・妊娠中の生活
- ・お乳について

妊娠初期～中期

### 第2週

- ・お産の準備  
(心・体・社)
- ・バースプラン

妊娠中期

### 第3週

- ・入院のタイミング
- ・お産の流れ
- ・呼吸法など

妊娠後期

### 第4週

- ・産後の生活
- ・産後うつ
- ・乳頭の手入れ

妊娠中期～後期

〈受講時期〉\* 受講時期が異なる場合も参加可能です

## \* 対 象

当院で分娩予定の妊婦さん  
\* ご主人も一緒にご参加いただけます

## \* 参 加 費

無料(申込時・当日の通信費は参加者負担となります)  
\* 参加にはWebexアプリのダウンロードが必要です

## \* 定 員

各回20名(予約制・先着順)

## \* 申 込 方 法

病院ホームページ(URL:<https://www.fkmc.or.jp/form/perinatal/>)  
または、右記QRコードよりお申し込みください  
【申込締め切り】参加希望日の前日12時まで



QRコード

## ★申込後、参加までの流れ★

申込後、当院から申込内容確認メール(自動送信)が届きます。

※「@fkmc.or.jp」のメールを受信できるよう、ドメイン指定の解除をお願いします。



参加可否をお知らせします。  
参加可能な方には、開催前までに、当院からWebexミーティングURLとID・パスワードなどの詳細メールを送ります。当日Webexにてご参加ください。  
※前日17時までに詳細メールが届かない場合は周産期センターへご連絡ください。



一般財団法人 倉敷成人病センター  
Kurashiki Medical Center



【お問い合わせ先】

周産期センター TEL : 086-421-1022

