



すこやかクラスのご案内

2024 年度からすべて対面です

- 1 課 7/5 14:00~
- 2 課 7/12 14:00~
- 3 課 7/19 14:00~
- 4 課 7/26 14:00~



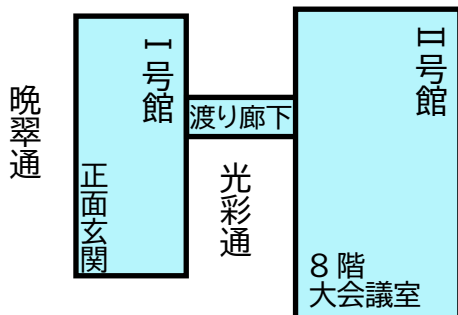
開催日程: 毎週金曜日(祝日の際は前日の木曜日に開催予定)
開催の変更は、当院 HP と公式 LINE でお知らせします



開催日	対象週数	内容	各クラスの持ち物
1 課 第一金曜日	16 週まで	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 産科の先生からのお話 ◇ 病棟の師長からのお話 ◇ おなかの中の赤ちゃん ◇ 妊娠初期のお話 	
2 課 第二金曜日	16 週以降	<ul style="list-style-type: none"> ★ 入院の書類・持ち物 ★ お産セットについて ★ マタニティヨーガ 	<ul style="list-style-type: none"> ・書類の入った白い封筒 ・動きやすい服装
3 課 第三金曜日	28 から 32 週	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 入院のタイミング ◇ お産の進み方について ◇ バースプランについて 	
4 課 第四金曜日	30 から 34 週	<ul style="list-style-type: none"> ★ 小児科の先生からのお話 ★ 母乳育児について ★ 産後のカラダについて ★ 産まれたばかりの赤ちゃん 	

毎回の持ち物: 母子手帳、すこやかのテキスト、わたしのバースプラン、筆記用具、飲み物
マスク着用での参加ご協力をお願いします。

場所: 当院 II 号館 8 階奥の大会議室
(I 号館正面玄関⇒3 階渡り廊下⇒II 号館へ)
※受付せず直接お越してください



皆さんの悩みや不安も
助産師と一緒に解決していきましょう。
スタッフ一同、心よりお待ちしております♡
気をつけていらしてください~
すこやかクラスに関して確認したい事があれば
母子センターにお電話ください!



国家公務員共済組合連合会

東北公済病院

KKR TOHOKU KOSAI HOSPITAL



7 階母子センター
☎080-2812-0471
☎022-268-2151

