

「無痛準備教室」から名前を変えてリニューアルしました！

# 無痛分娩に向けた身体づくり教室

場所：分院4階MLCホール

日時：毎月第1火曜・第3土曜日 14:00～15:00

方法：対面（家族付き添い可）、対象：23週以降

料金：2000円（後日診察時）

予約：ネット

持ち物：母子手帳・飲み物・無痛分娩テキスト

♥病棟助産師と一緒に、無痛分娩に必要な運動・お産中の過ごし方・「いきみ方」などの練習を行います。

動きやすい服装でお越しください♪

当日妊婦健診を予約される方は、健診を11時まででお取りください。



もっと痛みを少なく！  
もっと心と身体に優しく！