



## 母親学級・両親学級のご案内

### 【完全予約制】

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として  
zoom を用いたオンライン母親学級・両親学級を実施しております。  
※現時点では、第 1 期、第 2 期は開催しておりません。  
それに伴い内容を従来の教室内容より変更して実施しています。

内容	受講目安
<p><b>第 3 期: 育児準備クラス(両親学級)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・赤ちゃんを迎えるための準備物品</li> <li>・母乳のメリット/出る仕組み</li> <li>・妊娠中にできるケア</li> <li>・母乳育児に向けて大切なこと</li> <li>・災害に備えて</li> </ul>	<p>妊娠 28 週以降</p>
<p><b>第 4 期: 出産準備クラス(両親学級)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入院に必要な準備物品</li> <li>・お産の経過について</li> <li>・入院のタイミング/連絡の仕方</li> <li>・分娩中の過ごし方/呼吸法</li> <li>・病棟オリエンテーション</li> </ul>	<p>妊娠 32 週以降</p>



※予約は、【各教室ご予約について】のページを参照し、  
姫路聖マリア病院産科病棟ホームページよりご予約してください。

- ◆開催日 1 週間前までにご予約をお取りください。
- ◆zoom のアプリをお使いの機器にインストールする必要があります。  
ご予約前にお持ちのパソコンやスマートフォンが zoom に対応しているかのご確認をお願いします。
- ◆当日は、参加型での開催となっておりますので、当日カメラ・マイクを ON にした状態でご参加ください。
- ◆母子健康手帳・筆記用具等をお手元にご準備ください。
- ◆各教室すべて約 1 時間の予定です。
- ◆帝王切開予定の方は、第 3 期をご受講ください。
- ◆【育児準備クラス(第 3 期)】と【出産準備クラス(第 4 期)】は、ご家族の方も参加できます。