



産後の生活についてのお話

母乳栄養、産後の生活、産後の心の変化について学びます。
妊娠中から産後の準備をしていくことが大切です。
産後の生活についてイメージを持てる良い機会になると思います。

内容



- ✿入院中の生活
- ✿母乳栄養
- ✿産後の心の変化
- ✿産後サポート
- ✿グループワーク

(産後に向けて準備していきたいこと
などを皆さんで話し合います)

など



参加方法



- <日時> 毎月第4木曜日 13時30分～15時30分(受付13時15分～)
- <場所> 中央診療棟Ⅱ期棟 3階ラウンジ
- <対象者> 当院で出産予定の方 20名/回
- <受講料> 2,000円(税別)
- <持ち物> 診察券、母子健康手帳、ママノート
- <予約方法> 予約センター(Tel. 03-5800-8630)で予約して下さい。
- <当日の流れ> 当日は再来機に診察券を通し、受診手続きをして会場にお越しください。
(受診票に書いてある時間に関わらず、開始は13:30です)