



2月教室開催のお知らせ



2月1日(木)	産後ピラティス ※1	10:30~11:20	地下1階スタジオ
2月6日(火)	卒乳教室 ※2	14:00~15:00	2階ホール
2月7日(水)	マタニティヨガ ※3	10:00~10:50	地下1階スタジオ
2月13日(火)	マタニティクラス B (育児練習)	14:00~15:30	2階ホール
2月15日(木)	産後ピラティス	10:30~11:20	地下1階スタジオ
2月17日(土)	平竹クリニック病院説明会 ※4	13:30~14:30	2階ホール
	助産師による無痛分娩教室 ※5	15:30~16:30	2階ホール
2月18日(日)	両親教室 ※6	1部 10:00~12:00 2部 14:00~16:00	2階ホール 2階ホール
2月20日(火)	マタニティクラス C (後期)	14:00~15:30	Zoom.対面同時開催
2月21日(水)	マタニティヨガ	10:00~10:50	地下1階スタジオ
2月27日(火)	マタニティクラス A ※7 (前期)	14:00~15:30	2階ホール
2月29日(木)	産後ピラティス	10:30~11:20	地下1階スタジオ

リニューアル

ご受講される方は各教室の『※』と『ご案内』を必ずお読み下さい

受講対象

※1 産後ピラティス

対象：産後1ヶ月～産後1年のママ（帝王切開の方は2ヶ月から）

※2 卒乳教室

対象：卒乳をどうしようかと考えているママと赤ちゃん

※3 マタニティヨガ

対象：妊娠 12 週以降で医師の許可がある方

※4 平竹クリニック病院説明会

対象：平竹クリニック通院前の方も可能です

大人 1 人付き添い可能

※5 助産師による無痛分娩教室

対象：当院で出産予定の妊娠 23 週以降の方

大人 1 人付き添い可能

※6 両親教室

対象：当院で出産予定の妊娠 30 週以降のパパママ

※7 マタニティクラス A（前期）

対象：当院出産予定の妊娠 16 週以降の方

ご案内

・当院で初めて無痛分娩を希望される方は、「助産師による無痛分娩教室」の受講を必ずお願いいたします。

またお子様の託児お預かりはございません。

お子様のご同伴もご遠慮頂きますようご協力よろしくをお願いいたします。

・マタニティクラス A は（前期）は 2 月より、リニューアルいたしました。

妊娠中の心得についてアドバイスいたします。是非多くのご参加お待ちしております。

・両親教室は参加費 1 組 1000 円、マタニティヨガ、産後ピラティス、卒乳教室も同じく 1000 円となります。

参加希望の方は申し込み後、2 階エレベーター横にある券売機でチケットをお買い求めになり、当日スタッフにチケットをお渡しください。

・各教室内容は公式ラインでご確認ください。

・ マタニティヨガ、産後ピラティス以外の教室開催時のお子様の託児お預かりはございません。

・ 「マタニティクラス C（後期）」は対面、Zoom を同時に開催いたします。ご予約方法をお間違えないようお願いいたします。

・ ご予約は@リンクからの予約となります。参加人数制限がありますので、お早めにご予約をお願いいたします。

・ マタニティクラス B に参加される方は「産前母乳教室」を、マタニティクラス C に参加される方は「後期母親教室」の動画を事前に見て頂くことをおすすめします。