



5月教室開催のお知らせ



月日	教室名	対象	開催時間	場所	料金	お子様の同伴 (あり○なし×)	託児 (あり○なし×)
1 日(水)	マタニティヨガ	妊娠16週以降で医師の許可がある方	10:00～11:30	地下1階スタジオ	1000円	×	○
7日(火)	マタニティクラスA (妊娠中の過ごし方)	妊娠12週以降の方	14:00～15:30	2階ホール	無料	×	×
11日(土)	助産師による無痛分娩教室	当院出産予定の妊娠23週以降の方 大人1人付き添い可能	15:30～16:30	2階ホール	無料	×	×
14日(火)	マタニティクラスB (育児練習)	当院出産予定の妊娠28週以降の方	14:00～15:30	2階ホール	無料	×	×
15日(水)	マタニティヨガ	妊娠16週以降で医師の許可がある方	10:00～11:30	地下1階スタジオ	1000円	×	○
16日(木)	産後ピラティス	産後1ヶ月～産後1年のママ (帝王切開の方は2ヶ月から)	10:30～11:20	地下1階スタジオ	1000円	×	○
	あかちゃんマッサージ	生後2ヶ月～ハイハイするまでのお子様	14:00～15:00	2階ホール	1000円	○	×
21日(火)	マタニティクラスC (後期)	当院出産予定の妊娠28週以降の方	14:00～15:30	2階ホール 対面・Zoom同時	無料	×	×
25日(土)	平竹クリニック病院説明会	平竹クリニック通院前の方も可能 大人1人付き添い可能	13:30～14:30	2階ホール	無料	×	×
	助産師による無痛分娩教室	当院出産予定の妊娠23週以降の方 大人1人付き添い可能	15:30～16:30	2階ホール	無料	×	×
26日(日)	両親教室 1部	当院で出産予定の妊娠30週以降のパパママ	10:00～12:30	2階ホール	1000円/1ペア	○	×
	両親教室 2部		14:00～16:30	2階ホール	1000円/1ペア	○	×
28日(火)	マタニティクラスB (育児練習)	当院出産予定の妊娠28週以降の方	14:00～15:30	2階ホール	無料	×	×
29日(水)	マタニティヨガ	妊娠16週以降で医師の許可がある方	10:00～11:30	地下1階スタジオ	1000円	×	○
30日(木)	産後ピラティス	産後1ヶ月～産後1年のママ (帝王切開の方は2ヶ月から)	10:30～11:20	地下1階スタジオ	1000円	×	○
	あかちゃんマッサージ	生後2ヶ月～ハイハイするまでのお子様	14:00～15:00	2階ホール	1000円	○	×



ご案内

- ・3月～5月はマタニティヨガ講師のMina先生が産休のため当院の助産師荻野が担当いたします。
- ・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、あかちゃんマッサージも同じく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、産後ピラティスでの託児利用の場合500円/回が別途必要です。
- ・マタニティクラスAは(前期)から(妊娠中の過ごし方)へ名称変更しました。
当院出産される妊娠12週以降の方どなたでも受講できますので是非ご参加ください。
- ・「マタニティクラスC(後期)」は対面、Zoomを同時開催いたします。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。