

**ZOOM** で

# 出産準備教室のお知らせ

**日時:毎月 第2木曜日 14時~15時**  
**第4土曜日 10時~11時**

**内容:お産のコツ(経膈分娩)**

**母乳・育児・気になるあれこれ**

**参加方法:ZOOMで開催します**

**対象:妊娠 30 週以降の方とその家族**

**定員:6 組**



## 申込方法:

マタニティブックの申込用紙に必要事項をご記入の上、スタッフまで提出下さい。

予約票(参加 ID・PW)をお渡しします。