



[2026年9月]

パパママクラス



助産師が、お産の流れや赤ちゃんとの生活、
沐浴練習などをわかりやすくお伝えします。



対象

妊娠30週以降の当院通院中、
または分娩予定の方

*ママのみの参加は可、
お子様の参加は不可

*無痛分娩希望の方は「無痛分娩」の
クラスに参加をお願いします。



会場

東府中病院 地下スタジオ



内容

- ・お産の流れ
- ・お産に向けた準備
- ・赤ちゃんとの生活について
- ・沐浴練習 等
- ・無痛分娩の流れ（無痛分娩クラス）



料金

2,000円

- ・ママのみ参加の場合も同料金
- ・当日に入院受付でお支払い

***日祝開催日は事前支払い**



予約方法

① Web ② お電話 ③ 1階受付
いずれかでお申し込み



持ち物

- ・Hug Me!（テキスト）
- ・母子手帳 ・筆記用具
- ・参加券（領収証）



「自然分娩」希望のクラス

9/5 (土)	9/13 (日)	9/19 (土)	9/23 (祝)
13:30～	10:00～	13:30～	14:00～
各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ



「無痛分娩」希望のクラス

9/5 (土)	9/6 (日)	9/6 (日)	9/12 (土)
10:00～	10:00～	14:00～	10:00～
各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ
9/12 (土)	9/13 (日)	9/19 (土)	9/23 (祝)
13:30～	14:00～	10:00～	10:00～
各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ	各4組ずつ

*** 所要時間は、1時間半～2時間程度です**

終了時間は参加人数・内容によって前後する場合があります。

ご注意

- ① 動きやすい服装でのご参加をお願いします。
- ② 同日に妊婦健診のご予約を入れる際、終了時間から30分は空けてお入れください。
- ③ 講座中の写真撮影・動画撮影・録音はご遠慮ください。

