［２０２６年１１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

11/7（土）	11/15（日）	11/23（祝）	11/28（土）
13:30～	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

「無痛分娩」希望のクラス

11/7（土）	11/14（土）	11/14（土）	11/15（日）
10:00～	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

11/21（土）	11/21（土）	11/23（祝）	11/28（土）
10:00～	13:30～	10:00～	13:30～
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。