

◎日曜日はパパ向けの内容になっています。（ママだけの参加也大歓迎です。）

◎実施時間：午前9時20分～正午（受付時間：午前9時10分～9時20分）

※内容によって、所要時間が変動する事があります。ご了承ください。

◎持ち物：母子手帳、筆記用具

| 内容<br>対象者           | 父親の役割<br>沐浴実習<br>ビデオ学習<br>夫婦でのペアワーク | 分娩の経過と呼吸法<br>おっぱいの準備<br>妊娠中の栄養 | 申し込み開始日<br>(下記、QRコードより<br>お申し込みください) |
|---------------------|-------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| 開催日に妊娠7か月～<br>9か月の方 | 4月 7日(日)                            | 4月 8日(月)                       | 3月25日(月)～ 4月 3日(水)                   |
|                     | 6月 2日(日)                            | 6月 3日(月)                       | 5月21日(火)～ 5月29日(水)                   |
|                     | 7月 7日(日)                            | 7月 8日(月)                       | 6月25日(火)～ 7月 3日(水)                   |
|                     | 9月 1日(日)                            | 9月 2日(月)                       | 8月20日(火)～ 8月28日(水)                   |
|                     | 10月 6日(日)                           | 10月 7日(月)                      | 9月24日(火)～10月 2日(水)                   |
|                     | 12月 1日(日)                           | 12月 2日(月)                      | 11月19日(火)～11月27日(水)                  |
|                     | 2月 2日(日)                            | 2月 3日(月)                       | 1月21日(火)～ 1月29日(水)                   |
|                     | 3月 2日(日)                            | 3月 3日(月)                       | 2月18日(火)～ 2月26日(水)                   |

【予約方法】Web（右の二次元コードからWeb申し込み）  
URL <https://logoform.jp/f/MedQ2>

