

## 出産前後ファミリークラスのご案内

妊娠・出産・育児について、皆様の疑問や不安に対するアドバイスをさせていただきます。  
女性の人生において大切な体験が豊かなものになるよう、赤ちゃんとの生活が楽しみになるような企画をしています。

これから誕生する赤ちゃんとの生活のためにお役に立つよう、ご家族の参加も大歓迎です。



対象 16週から36週までの妊婦・ご主人・ご家族

開催日時 前期クラス 奇数月 第2日曜日 14:00~16:00  
後期クラス 偶数月 第2日曜日 14:00~16:00

受付時間 13:45 開始時間 14:00 終了時間 16:00

会場 対馬ルリ子女性ライフクリニック銀座  
東京都中央区銀座2-6-5 銀座トレシヤス7F

受講料 1クラス 10000円(税込み)当日 現金支払い ご主人・ご家族は無料

持ち物 母子手帳

申し込み方法 予約制 03-3538-0270

①希望クラス日<前期・後期>②参加者名(ご家族参加の有無)③分娩予定日④携帯TEL

受講内容 <前期クラス>

- ・妊娠中の過ごし方
- ・お産の準備(からだ・ところ・家族・物品)
- ・赤ちゃんの特徴・生理
- ・妊娠中の漢方のお話

<後期クラス>

- ・お産の経過
- ・産後のからだの変化と生活
- ・母乳育児
- ・お風呂の入れ方(沐浴指導・実習)
- ・産後の漢方のお話

担当講師 助産師 鯨井 貴與子 漢方薬剤師 榎出 恒代