

# 母親学級のご案内

当院で分娩を希望される妊婦さんに、助産師・管理栄養士が、**体重コントロール**、**お産の心構え**、**物品の準備**、**お産の流れ**、**母乳や赤ちゃんのこと**など、**妊娠・お産・育児に必要なポイント**についてお話しをします。

また、同じ悩みをもった方とのお話や、経産婦さんのお産の体験談を聞けるなど、妊婦さんの交流の場にもなっています。

## < 立ち合い分娩をご希望の方 >

立ち合われる方(パパ)も受講が必要です。

- ★ 第3課・第4課のいずれかを受講されてください。
- ★ お産の流れを学んで、どんなサポートが必要なのか、どんなサポートをしてほしいのかなど、話し合っておきましょう。

## < プログラム >

### 第1課 「私の妊娠・出産ストーリー」 (担当：管理栄養士・助産師)

- \* ママの妊娠中の食事
- \* 妊娠中に起きやすいトラブルとその予防法
- \* 妊娠中に気を付けたいこと
- \* 自然なお産に向けて、自分でできること

### 第2課 「こんにちは赤ちゃん」 (担当：助産師)

- \* おっぱいのしくみ・飲ませるポイント
- \* 赤ちゃんの特徴・赤ちゃん人形抱っこ
- \* 幼児安全法（乳児の心肺蘇生法と事故防止について）

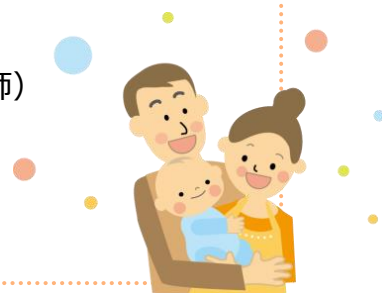
### 第3課 「お産ってなあに？」 (担当：助産師)

- \* ママと赤ちゃんの力ですすむ自然なお産
- \* パパの役割
- \* お産中の過ごし方

開催日は別紙  
スケジュール表を  
ご覧ください

### 第4課 「リラックスなお産への第一歩」 (担当：助産師)

- \* 第1～3回のまとめ
- \* 入院中の生活について
- \* 産科病棟・救急外来受付案内（希望者）



お問合せ：TEL 096-384-2111（代）産婦人科外来

 **熊本赤十字病院**  
JAPANESE RED CROSS KUMMOTO HOSPITAL

# 母親学級スケジュール表

(水曜日開催)

年	月	第1課	第2課	第3課	第4課
2021	4	7	14	21	28
	5	12	19	26	
	6	2	9	16	23
	7	7	14	21	28
	8	4	11	18	25
	9	1	8	15	22
	10	6	13	20	27
	11	10	17	24	
	12	1	8	15	22
2022	1	5	12	19	26
	2	2	9	16	
	3	2	9	16	23

## 【申込み先】

熊本赤十字病院 産婦人科外来 (13番窓口)  
電話番号 096-384-2111 内線6230

## 【必要な物】

- ・ 筆記用具
- ・ 母子手帳
- ・ テキスト『元気な赤ちゃんを迎えるために』(¥2,000+消費税)  
(1階鶴屋売店で購入してください。受講料はテキスト代に含まれています)



## 【開催日】

毎月 第1・第2・第3・第4 水曜日  
※水曜日が祝日の場合は変更します。(日程はスケジュール表をご覧ください)  
※第4課がない月は、第3課に「入院中の生活について」「救急外来受付案内」を一緒に行います。

## 【受付時間】

午後1時45分～

## 【開催時間】

午後2時～4時



熊本赤十字病院 2階 202講習室 (産婦人科外来横)

※ 駐車場が混雑する場合がありますので、お早めにお越しください