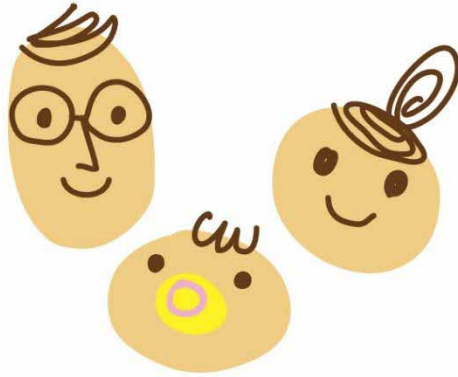


令和5年度

出産を間近に控えたご家族へ

オンライン両親学級



開催日時:

第1回 2023年9月2日(土)10時~12時

第2回 2023年12月2日(土)10時~12時

第3回 2024年1月7日(日)10時~12時

第4回 2024年3月2日(土)10時~12時

※内容はいずれの回も同じです。

※各回のお申込み期間はHPをご覧ください

対象: 中野区在住でクラス開催時に妊娠30週以降
のご家族

定員: 先着12組

~講座内容~

○妊娠後期~出産~産後の身体の変化

○出産に向けての準備(身体、環境)

○赤ちゃんのお世話

(沐浴、おむつ替えなど動画あり)

○参加者同士の交流 等

※お申し込み時にご質問などがあればご入力ください
※ご質問に応じて内容を一部変更する場合があります。

※Zoomミーティングを使用します。

当日は電波状況の良い場所からご参加ください。

※可能であれば、カメラオンでご参加ください。

※他、ご参加にあたってのお知らせはリマインドメールにて
ご確認ください。

主催: 中野区

委託先: (公社)東京都助産師会新宿中野杉並地区分会

お問合せ: 東京都助産師会メール

sns_mw@ohesonoo.chu.jp

お申込み~当日までの流れ

①中野区HP
よりお申込み
ください



②開催3日前・前日に
リマインドメールを
お送りします
(zoomアドレスなど)



※sns_mw@ohesonoo.chu.jpより
送信します 受信設定をお願いいたします

③当日は
スマホ・パソコンなど
からご参加ください

