

日程が決まり次第ホームページでお知らせします。

# 集団型 産後ケア

## “ぴよぴよクラス”の日程

内容は、助産師等の看護職が保健指導、育児相談等を行います。

助産師は全日程いますので、必要に応じて個別相談、育児相談、休憩等が可能です。

時間は、14時～16時です。外来再来機を通ってから4階へお越しください

日時	産後ケア事業のテーマ	スタッフ
1/14（水）	産後ヨガ ※産後4ヶ月以降対象	助産師
1/15（木）	骨盤ケア ※産後2ヶ月以降対象	産婦人科医師
1/21（水）	寝相アート	助産師
	産後のストレス	心理士
1/28（水）	ママのハンドマッサージ（1人15分程）	看護師
	ベビーマッサージ	看護師
2/5（木）	骨盤ケア ※産後2ヶ月以降対象	産婦人科医師
2/18（水）	産後ヨガ ※産後4ヶ月以降対象	助産師
2/27（金）	赤ちゃんの発達	助産師
	子どもの歯の健康	歯科衛生士

当院の産婦人科外来へ電話もしくはホームページからご予約ください。

（体調不良の場合はご参加いただけません。申し込み後のキャンセルはお電話ください。）



←ホームページから予約は、こちらから  
産後ケア事業対象です。  
市町村へ申請の上、お申込みください

淡路医療センター 0799-22-1200  
産婦人科外来 (平日 9時～17時)

