

オンライン
教室
参加無料

2024年度 ワクワク楽しい産前教室

北海道内の7~9カ月の初妊婦さんカップル対象

出産準備と産後の乗りきり方

開催日	受付期間	開催日	受付期間
4/21 日	4/1~4/10	10/27 日	9/1~10/10
5/12 日	4/1~5/10	11/17 日	10/1~11/10
6/16 日	5/1~6/10	12/15 日	11/1~12/10
7/21 日	6/1~6/30	1/19 日	12/1~1/10
8/18 日	7/1~8/10	2/16 日	1/4~2/10
9/8 日	8/1~8/31	3/16 日	2/1~3/10

※年間予定の為日程変更の可能性がございます

プログラム

10:30~12:15

- 現在の出産事情 ●陣痛の乗りきり方
 - 赤ちゃんとの生活 ●沐浴術
 - 産後の心と身体の変化と乗りきり方
- 地域や病院で働くベテラン助産師がお伝えします



参加
方法

Zoomを利用したオンライン講座
受信環境が必要ですが、ご自宅
から参加できます
お申込後にURLをお送り致します

定員

定員各日10組程度の
初妊婦カップル/初妊婦さん

先着順

申込

助産師会HPに設置されている
申込フォームよりお申込み下さい

北海道助産師会HPへ



北海道助産師会

妊娠産後お助け情報



主催

一般社団法人 北海道助産師会

〒001-0037 札幌市北区北37条西4丁目3-12-509号

問い合わせ

E-mail:hokkaido.midwife@gmail.com

問い合わせメール

