



オンライン 2022 Welcome babyクラス

妊娠中は、出産にフォーカスがいきってしまい、出産後すぐに赤ちゃんとの生活が始まることを実感することが難しいのが現状です。だからこそ、産後の生活を少しでもイメージして、スムーズに赤ちゃんとの新しい生活に備えられるようにと、厳選した3つのテーマで構成しました。産後の生活がどのように変わるのか、赤ちゃんのお世話や赤ちゃんの栄養(授乳)について、妊婦さんと赤ちゃんを迎えるご家族と共に考えていきたいと思えます。産後ケアセンターのスタッフだからこそ、お伝えできる内容もあります。助産師と一緒に赤ちゃんを迎える準備をしていきましょう。

皆様のご参加をお待ちしております。



1

<赤ちゃんの特徴とお世話>

新生児から生後4か月までの赤ちゃんの成長と泣きの変化
赤ちゃんとの生活にむけての心構え 等

2

<赤ちゃんの栄養(授乳)>

赤ちゃんに必要な栄養の考え方
母乳育児に必要なこと、人工乳の使い方 等

3

<産後の心と体の変化と産後の生活>

産後の心と体の変化
産後の生活の整え方・周囲のサポートと準備 等



●参加対象：妊婦さんとパートナー、世田谷区外の方もOK

●開催日：平日 10:30~12:00

(翌月の予定を前月の20日前後にお知らせいたします)

●参加費：1,000円

●申し込み方法：世田谷区立産後ケアセンターのホームページよりお申し込みください。

主催：公益社団法人日本助産師会（区産後ケアセンター事業受託事業者）

