

# Happy Family Life



～赤ちゃんのために今から夫婦でできること～

日時 **2022年7月9日(土) 13:30～15:00**

無料

対象：初めてのご出産を予定されている妊婦さん

(パパのご参加もお待ちしております♪ 途中参加・途中退出もOKです!)

\*内容\* 夫婦で協力し合って赤ちゃんを迎える準備をしましょう♡

お産って  
どうやって進むの？

お産に向けての  
呼吸法とストレッチ

赤ちゃんのいる  
生活って？

方法：「Zoom」オンラインで、カメラをONにさせていただきます。

\*PCまたはタブレットでご参加ください。

申込方法：メール [josan@med.teikyo-u.ac.jp](mailto:josan@med.teikyo-u.ac.jp)

メールタイトル「出産準備クラス参加希望」

本文 ①お名前 ②出産予定日



上記のQRコードよりお申し込みいただけます。

\*受付は先着順で、定員に達した場合は締め切らせていただきます。

\*メール受付後1週間以内を目処に返信いたします。

返信がない場合はお問合せください。

助産師を目指して勉強中の助産学生と教員  
がクラスを担当させていただきます！

ご参加をお待ちしております♪

企画：帝京大学 助産学専攻科  
帝京けんこうひろば健康講座

