

# 母親学級

ママ同士での交流もあります！  
パパの参加もお待ちしています☆

開催場所 JCHO北海道病院外来棟3階講堂

受付時間 12:15～

開催時間 12:45～14:30頃

持ち物 母親学級のしおり、母子手帳、筆記用具

## 妊娠コース

第2水曜日

からだの変化、  
栄養士さんからの  
お話

## お産コース

第3水曜日

お産の流れや  
過ごし方

## 産後・育児コース

第4水曜日

母乳栄養や育児に  
ついて、小児科医  
師からのお話

☎連絡先 011-831-5151 (病院代表)

※キャンセル、予約変更は、  
前日17:00までにご連絡ください。