

エンジェルベルホスピタル 教室スケジュール

2023年
5月～

ﾌﾟﾚﾏﾏ教室

～産前産後の不安をなくそう～



第1・3金曜日

・9:30～11:30

・13:30～15:30

・30～36週の妊婦

・妊娠中の過ごし方・分娩の経過・育児体験

無料

全力！パパレッスン



第1・3土曜日

・9:30～11:30

・30週以降の夫婦

・育児体験・妊婦体験・出産の心構え

会員
800円
非会員
1600円

マタニティヨガ



第1・3木曜日

・10:00～11:00

・15週以降の妊婦

・柔軟性を高める

・心身の強化・マイナートラブル改善

会員
400円
非会員
800円

マタニティピクス



第2・4木曜日

・10:00～11:00

・15週以降の妊婦

・体重コントロール

・体カアップ・リフレッシュ

会員
400円
非会員
800円

離乳食教室



第2金曜日

・13:00～14:00

・産後4～5か月の母親

・1回食のすすめ方・作り方

無料

会員登録希望の方は、受付で登録できます。
院内教室回数券 400円×5枚 1800円
持ち物:母子手帳、筆記用具、飲み物、タオル
ピクスは室内シューズが必要です
動きやすい服装でご参加下さい

※ヨガ・ピクスを受講される方

初回受講時に教室参加許可証の提出をお願いします。

当院受診中→妊婦健診来院時に受付へ申し出

他院受診中→かかりつけ医にて記入

教室の予約
こちらから



他院受診中の方
教室参加許可書
印刷はこちらから



Instagram
発信中です



🇯🇵 祝日はお休みになります