

安心して出産に向かうために
妊産婦同士の仲間づくりに

8月24日 (土) 13:00~16:00
11月24日 (日) 13:00~16:00

鳥取県立厚生病院 外来支援棟5階 大会議室

妊産婦 フォーラム

セルフマタニティ
フォトブースがあるよ★



対 象▶中部の医療機関で妊婦健診を受けている妊婦とその家族
定 員▶20組まで
申 込▶QRコードを読み取って申し込んでください。
キャンセルもこちらからできます。
締 切▶一次締切 8月9日 (追加募集を予定)
持ち物▶母子手帳
動きやすい服装でお越しください。
問合せ▶鳥取県立厚生病院 妊産婦フォーラム担当
TEL:0858-22-8181(代) FAX:0858-22-1350



- ◆内容
妊娠中の過ごし方
お産のときの過ごし方
産後の生活
- ◆体験ブース
育児体操 沐浴指導、抱っこ、あやし方
妊婦ストレッチ ハンドマッサージなど
防災 妊産婦の防災グッズ、避難所の確認など

助産学生による
分娩劇もあるよ