

お母さん・お父さんと赤ちゃんのための

出産前後の マタニティクラス ～心と体を温める～

(4回シリーズ)

会場

島根県立大学
出雲キャンパス

第
2
回

2026年

8/26 [水]

10:00～11:30

定員 10組

先着順で受付
定員になり次第締め切り

分娩中の陣痛と 上手に付き合う リラックス法

出産に向けてお母さんと赤ちゃんがより、リラックスして
過ごせるよう、分娩の経過や過ごし方についてお話しします。

動きやすい服装でお越しください。
母子健康手帳長をお持ちください。

講師 中谷陽子 助産学領域の大学院生も一緒に行います

対象: 妊娠中期以降の妊婦さん 申込方法: ①申込フォーム ②電話 ③メール
お名前、住所、電話番号、メールアドレスをお知らせください

定員: 10組 (先着順で受付
定員になり次第締め切り)

申込期限: 8月19日 [水]

申込みは
こちらから▶

メール・電話でも申し込み受け付けてます!



お問い合わせ: 島根県立大学 出雲キャンパス 管理課 (担当: 渡邊)

〒693-8550 出雲市西林木町151 tel.0853-20-0200 mail.i-koryu@u-shimane.ac.jp