

いよいよお産の日スケジュール

※4階での催しは全て予約制です。予約は当日会場で先着順に受け付けます。人数によってはお断りする場合がございます。また、各イベントの時間は状況により変更があることをあわせてご理解ご了承ください。

場 所	内 容	時 間							持 ち 物 ※妊婦の方は母子健康手帳
		10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	
4 階	マタニティヨガ	↔				↔			運動のできる服装
	マタニティエクササイズ		↔	↔					運動靴、運動のできる服装
	ベビーマッサージ	↔	↔	↔		↔	↔		バスタオル1枚
	もくよく体験	↔↔↔↔↔	↔	↔↔↔↔↔			↔↔↔		
	母乳育児相談	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔	
	助産師外来体験	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔	
	ママサポートコーナー（就労相談窓口）	↔	↔	↔	↔	↔	↔		
	マタニティフォトブース	↔		↔	↔	↔	↔		カメラ
2 階 大ホール	妊婦体験	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔	
	パパ教室	↔	↔			↔			
	お産劇			↔			↔		
	BFH 施設スタッフからのメッセージ				↔				



ブース紹介

●マタニティヨガ● (40分)
時間：10:00～、13:50～
●マタニティエクササイズ● (40分)
時間：11:00～、12:00～
対象：妊娠 16 週以降の妊婦さん。パパも参加 OK。

●ベビーマッサージ● (40分)
時間：10:00～、11:00～、
12:00～、13:45～、14:45～
対象：1 歳未満のお子様
妊婦の方は見学 OK

●お産劇● (30分)
時間：11:30～、14:45～
対象：妊婦さんご家族
出産って？命って？きっと深く感じるものがあるはず。
スタッフが熱演します！

●母乳育児相談● 1 組 20 分
対象：授乳中のママとお子様
●助産師外来体験● 1 組 20 分
対象：妊娠 16 週以降の妊婦さん
●ママサポートコーナー● 1 組 15 分
対象：産前産後のママ
名古屋市の就職相談窓口が女性の就職を応援します。



●もくよく体験● (30分)
時間：10:00～、10:30～
11:00～、12:00～、12:30～
13:00～、15:00～、15:30～
対象：妊婦さんご家族。

●パパ教室● (1 時間)
時間：10:00～、13:30～
対象：出産を控えるご夫婦
パパになる準備どうすればいいの？
一緒に考えてみましょう。

●マタニティフォトブース● (15分)
時間：10:00～11:00、12:00～14:00
14:30～15:30
対象：妊婦さんご家族。
マタニティライフの思い出に。笑顔をパチリ☆

●BFH 施設スタッフからのメッセージ●
時間：12:45～13:15
対象：どなたでもどうぞ
当院の母乳育児支援について助産師・薬剤師・栄養士がお話しします。