



Zoomオンライン 俺のお産講座

～立ち合い制限の中で～

気持ちを1つに 2人の赤ちゃんを迎えよう

【日時】 毎月第2第4土曜日 14:00～14:40

【担当】 助産師 アロマセラピスト

【内容】 ◆妊娠中に夫婦でできるリラクスマッサージ
～緊張や不安を緩和し リラックスさせる作用
のあるベルガモットの香りを使用して ペア
でマッサージ

陣痛時ママー一人でできる陣痛緩和法

お産の経過と心構え 夫の役割

パパとママで練習するお産の呼吸

【予約】 予約システム@リンクでお申込みください
ご予約後メールにてURLを送付します

ご予約後、受付にてマッサージ用オイルをお受取りください
ご都合がつかない場合は、受講後のお受取りでも構いません



nishijima clinic