

各種教室のご案内



バースセンターでは、産前、産後を通して各種教室を開催しています。
妊娠中は、安産を目指してからだ作りや心の準備のために、産後はベビーマッサージ教室を通して、同じ悩みを持つお母さん同士気軽にしゃべりしてストレスを発散したり…
退院してからも帰ってこられる場所がバースセンターにはあります。

バースセンター準備教室



- 日時：毎週金曜日 14:00～16:00
- 対象：バースセンターを希望されている
妊婦さんとご家族
- 料金：1000円＋税
- 場所：バースセンター内ホール
- 予約：産婦人科外来にて承ります
- 内容：バースセンターについて
施設見学 etc…

バースセンター安産教室



- 日時：毎週月曜日 14:00～16:00
- 対象：バースセンターを希望されている
妊婦さんとご主人さん
- 料金：1000円＋税
- 場所：バースセンター内ホール
- 予約：バースセンター外来受付にて承ります
- 内容：安産の秘訣、ご主人（ご家族）の役割
入院の方法 お産ルーム見学 etc…



ヨガ教室



- 日時：毎週水曜日 14:00～15:30
- 対象：妊娠20週以降の妊婦さん
- 料金：初回のみ 1200円＋税
2回目以降 1000円＋税
- 場所：バースセンター内ホール
- 予約：不要です
- 動きやすい服装でご参加ください
(更衣室もございます)

ベビーマッサージ教室



- 日時：毎週木曜日 14:00～16:00
- 対象：バースセンターを卒業したお母さんと
赤ちゃん
(1ヵ月健診～ハイハイするまで)
- 料金：2000円＋税
- 場所：バースセンター内ホール
- 予約：バースセンター外来受付またはお電話
にて承ります

