

# 第66回 出産準備教室のご案内

日程： 2018年 1月 18日 (木)、25日 (木)、27日 (土)、2月 2日 (金)、8日 (木)

時間： 10:00~13:00 計 5 回

場所： さくらルーム (1F)

\*ニュースレター (11月号) から日程が変更となっております。  
カップル講座は第3回目に行います。

	会 員	非会員
参加費	無 料	RM 291.50 (RM275+GST6%)
参考資料費	RM 25	RM 25

※お申込み、お支払いはKL日本人会 窓口までお願い致します。参考資料費のご返金は出来ませんのでご了承下さい。

## [内容]

第1回	1/18 (木)	妊娠中の過ごし方/楽なお産を迎えるための妊婦体操
第2回	1/25 (木)	お産の流れ・呼吸法/赤ちゃんを迎えて
第3回	1/27 (土)	ご夫婦で参加の『カップル講座』
第4回	2/ 2 (金)	予定産後の母体について/出生後の検査と予防接種
第5回	2/ 8 (木)	出産体験座談会

## [留意事項]

- 初回は、妊婦体操もありますので、**動きやすい服**でどうぞ。  
(**ヨガマット**をお持ちの方はご持参下さい)
- 足元が冷えやすいので、靴下をご持参下さい。
- 経産婦の方、お子さま連れも大歓迎です。
- 軽食・飲み物の持参可能です。
- ボランティアスタッフの都合により、日時変更の場合があります。
- **体調が安定していれば早目の参加をお勧めします。**



## 第 66 回 出産準備教室 申込用紙 Maternity Class Application Form

2018年1月 18日 (木)、25日 (木)、27日 (土)、2月 2日 (金)、8日 (木) 計5回

Name 氏名: \_\_\_\_\_ M'ship No 会員番号 \_\_\_\_\_ / Non member 非会員

\*ローマ字でご記入下さい

電話番号: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Total Amount 支払金額 : RM \_\_\_\_\_ 日付: \_\_\_\_\_ 署名: \_\_\_\_\_

\*当会は出産準備教室開催に際し細心の注意を払っております。開催中の怪我や事故などについては、参加者ご本人の責任となりますのでご参加はご自身の体調を考慮のうえ、ご無理のない範囲でお願い致します。また当教室で学ばれたことは、ご自身の判断でご活用頂きますようお願い致します。

For Office Use

Copy to applicant

Payment	Received Date