

第82回 出産準備教室のご案内

『出産準備教室』では、看護師・保健師・栄養士などの資格を持つ日本人会会員ボランティアにより、妊娠・出産の基本的知識や、当地での出生届けの手続き、予防接種情報、赤ちゃんについて日本語で説明します。沐浴体験などもありますので、ぜひご夫婦でもご参加ください。※事前のお申し込みが必要です。

日 程：2025年10月29日(水)、11月5日(水)、8日(土) 3回コース

時 間：10:00 ～ 13:00 *9:50にご集合下さい

場 所：KL 日本人会 会館内の部屋

参加費：会員 **無料** / 非会員 **RM178.20** (SST8%込)

テキスト代：**RM27.00** (SST8%込) *テキスト代のご返金は出来ませんのでご了承下さい。

申込方法：下記の申込用紙にご記入頂き okumoto@jckl.org.my までメールにてお送りください。

お支払いについては、開講決定後にご連絡致します。

お申込締切日

10月17日(金) 17時まで

[内容]

第1回 10月29日(水) 妊娠中の過ごし方について、赤ちゃんの生活、予防接種、妊婦体操

第2回 11月5日(水) お産の経過と産後について、食事について

第3回 11月8日(土) パパに伝えたいこと、出生届等の手続、体験談、沐浴

[留意事項]

- ・第1回に妊婦体操を実施予定のため、**動きやすい服装**をお願いします。
- ・お部屋の空調が冷えますので、**羽織るものや靴下、スリッパ**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。
- ・**安定期以降のご参加をお勧めします。**



お問合せ先：事務局 奥本まで

Tel: 03-2274-2274 Email: okumoto@jckl.org.my

第82回 出産準備教室 申込用紙 Maternity Class Application Form

2025年10月29日(水)、11月5日(水)、8日(土) 3回コース出産準備教室に参加します

お名前: Name _____ 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