

행복한 기다림, 비대면 출산준비 교실

1. 대 상 자 : 보건소 등록 임산부 **30명**
2. 모집기간 : **4월 24일(수) 9:00 ~ 4월 30일(화) 18:00**
3. 모집방법 : 선착순 전화 및 방문 접수 **051)309-7015**
4. 교육방법 : **ZOOM을 활용한 비대면 교육** -> 발송된 링크 접속 후 진행

교육일시		교육명 및 세부내용	강 사
1차시	5월 2일(목) 10:00~11:30	[Mom 편한 태교 & 음악 태교] <ul style="list-style-type: none"> - 일상 속 다양한 태교 & 태담 알아보기 - 임신 주수별 음악태교의 방법 - 생활 속에서 태아와 교감하는 음악 태교 활동 - 라이브 피아노 연주로 아가와 교감해요! 	양한나 강사 (음악태교 전문가)
2차시	5월 9일(목) 10:00~11:30	[현직 간호사와 함께하는 분만 리허설] <ul style="list-style-type: none"> - 제대로 알면 두렵지 않은 분만 - 다양한 분만법 소개 - 아기가 세상에 나온다: 출산과정 - 평화로운 출산: 호흡법, 이완법, 연상법 등 - 분만 리허설: 감통자세, 호흡법, 힘주기 등 	신화정 강사 (현직 분만실 책임간호사)
3차시	5월 16일(목) 10:00~11:30	[신생아실 간호사가 알려주는 수유의 모든 것] <ul style="list-style-type: none"> - 유방의 구조와 기능, 모유의 성분과 장점 - 유방마사지, 젖 몸살과 젖 몸살 예방법 - 올바른 젖 물리기: 수유자세, 수유 후 트림 등 - 모유수유의 모든 것: 유축방법, 모유 보관법 등 - 분유수유의 모든 것: 분유타기, 젖병 소독, 주의사항 등 - 단유하는 방법 등 	신화정 강사 (현직 분만실 책임간호사) (국제 모유수유 전문가)
4차시	5월 23일(목) 10:00~11:30	[산욕기 케어 A to Z] <ul style="list-style-type: none"> - 산욕기의 정의 및 변화, 산욕기 간호 - 시기별 산후 회복 기간 및 증상별 대처법 	신화정 강사 (현직 분만실 책임간호사)
5차시	5월 30일(목) 10:00~11:30	[신생아 실전 케어 A to Z] <ul style="list-style-type: none"> - 신생아 수면 연습, 수면 패턴 만들기 - 신생아 목욕법 및 배꼽 소독, 신생아 기저귀 갈기 - 신생아 접종 후 관리 - 신생아 증상별 대처법(태열, 황달, 변비 등) 	김지연 강사

북구보건소 아가맘센터
TEL. 309-7015~7017