

# 1月 とも子助産院カレンダー

どなたでも参加できます!!  
当院のママ以外も、産前、産後でなくても大歓迎!!!



日	月	火	水	木	金	土
1 年末年始 休業	2	3	4	5	6 定休日	7 ★ ヨガ
8	9 11:00~ エルパーク仙台 子どもの部屋 成人の日	10 ベビマ TOMO友の ママのお茶会	11 ★ ヨガ	12 ヨガ	13 定休日	14
15 NEW! 血流改善! 股関節をゆるやかに! 10:30~ ¥1000	16	17 バランス ボール	18 ★ ヨガ	19 ヨガ	20 定休日	21 ★ ヨガ
22 妊婦 体づくり会	23	24 母乳準備 教室	25 ★ ヨガ	26	27 定休日	28 ★ ヨガ
29 14:00~ ゴムバンドを使った 妊婦むけ箭筒トレ 鉄分レシポの 試食つき	30 10:00~	31	幸町南児童館にて 伊藤朋子先生 おはなす会 10:00~11:00	19日バラスボール 申し込み 090-2749-7067 担当 中本ひな子		

# 2月

変更になる場合もあります。  
HPで確認するか、直接お問い合わせ下さい。

お問い合わせ先  
とも子助産院  
tel. 772-5960

日	月	火	水	木	金	土
			1 ★ ヨガ	2 ヨガ	3 定休日	4 ★ ヨガ
5 13:00~ 14:30 予約不要!	6	7 ベビマ	8 ★ ヨガ	9	10 定休日	11 建国記念の日
12 子ども 見学会		14 Baby用品の 選び方と 11ヶ月のマッサージ	15 ★ ヨガ	16	17 定休日	18 ★ ヨガ
19 14:00~ 15:30 骨盤体操と 鉄分レシポ試食	20	21 桂 和室 お産 リハ-サルクラス	22 母乳 準備教室	23 ヨガ	24 定休日	25 ★ ヨガ
26 体づくり会	27 10:00~ 出産リハ-サルを 体験して 不安解消!!		29 ★ ヨガ	14:00~16:00 利府・たかだこども医院 申し込み 022-767-6555		

※ヨガ以外の主な会場は 野村コミュニティセンターです。

マーク	サークル名	会費	開催時刻	申し込み先
	助産師と楽しむ ヨガクラス	1000円	10:00~12:00	とも子助産院
	ヨガ託児	500円/人	火曜日正午 まで申し込み	ポケットとよしま
	ゴスペル 昼	800円	10:30~12:00	とも子助産院
	ゴスペル 夜	1000円	18:00~20:00	とも子助産院
	ベビーマッサージ (プラス オイル代200円)	800円	10:30~12:00	千葉

助産師と  
楽しむヨガ

託児予約: ポケットとよしま  
毎週火曜正午×切り

tel. 070-5470-1078

主な会場: 桂市民センター

骨盤体操  
妊婦体づくり会

助産院カイロ  
ライトスノー山口

予約申し込み  
tel. 090-6250-7126

ベビーマッサージ

担当: 千葉しのぶ

予約申し込み  
tel. 090-1378-9690

e-mail: info@fika-babynet

## とも子助産院

泉区野村字野村95-6 / 022-772-5960

診療時間：月～木 9:00～16:00

金・祝日 休診

土・日 9:00～12:00

完全予約制

地下鉄：八乙女駅から徒歩20分。北環状線を中山方面に向かい「酒のやまや」「吉野家」の交差点を右折。点滅信号を直進し古屋橋を渡ると加茂ゴルフ練習場。その奥隣の3階建てのクリーム色の建物が助産院です。

バス：地下鉄八乙女駅から加茂団地・長命ヶ丘行き「上谷刈3丁目」下車。徒歩3分。

バス時刻問い合わせ→ 宮城交通 771-5310

## 野村コミュニティセンター

泉区野村字新馬場屋敷22-2 / 022-374-0821

🅐 駐車場  
あります。

泉総合運動場内のオレンジ色の建物。泉体育館の向かい側です。

## 桂市民センター

児童館併設。こどもの城保育園隣。

泉区桂3-19-1 / 022-375-0550 🅐 駐車場ありますが少なめ

桂小学校グランド脇に小さな案内標識が出てますが、往路樹で隠れがち。桂耳鼻科側から2つ目の横断歩道を左折して下さい。

バス：地下鉄 泉中央駅より泉パークタウン車庫行「桂3丁目バス停」下車 徒歩5分

☺ 桂中央公園横の歩行者専用道は散歩に心地良いです♪

## サークル申し込みはメールでもOKです!!

①注) ドコモの携帯メールの場合、パソコンメールの受信拒否の設定により返信できないことがあります。助産院より返事がない場合は、電話でご確認下さい。

なお、メールでの相談、予約はお受けできません。相談、診察、予約は診療時間内に電話をお願いします。

