



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 ベリーダンス / うた	2 産前産後ヨガ / 桂市民センター 和室1	3 定休日	4 トモ
13:00~14:30 予約不要	※ゴリラファームの新鮮野菜直売あります (10:00~12:00)					
5 誰でも見学会	6 BBセルフケア / イズミティ	7 BBセルフケア / 泉社会福祉センター / 戌の日	8 おむつなし育児の会 / 野村コミセン	9 産前産後ヨガ / 桂市民センター 和室1	10 定休日	11 トモムジカ
12	13 BBセルフケア / 泉松陵コミセン	14 ベビマ / 野村コミセン / 岩切	15 ベリーダンス / うた	16 産前産後ヨガ / 桂市民センター 和室1	17 定休日	18 休診 / トモ
19 戌の日	20	21 野村コミセン / ベビマ / 野村コミセン	22 BBセルフケア / 13:30~14:45 / 泉社会福祉センター	23 勤労感謝の日	24 定休日	25 トモ
26	27 BBセルフケア / イズミティ	28 ベビマ / 野村コミセン	29 おむつなし育児の会 / 野村コミセン / ベビマ / 野村コミセン	30 母乳準備クラス / 野村コミセン		



お申し込みは助産院 HP (トップページ右上) の

お問い合わせ からどうぞ。

2日以内に返信のない場合は電話で確認をお願いします。(詳しくは裏面をご参照ください。)

とも子助産院
022-772-5960



日	月	火	水	木	金	土
			うたうかい / トモムジカは月謝制です。詳しくは裏面をご覧ください		1 定休日	2 トモ
3	4	5 泉社会福祉センター / BBセルフケア	6 ベリーダンス / うた	7 産前産後ヨガ / 桂市民センター 第一会議室	8 定休日	9 トモムジカ
ゴリラファーム 野菜直売 月曜 10:00~12:00		10	11	12 ベビマ / 野村コミセン	13 戌の日 / ふくふくサロン / フットケアの会 / うた	14 産前産後ヨガ
10	11	12	13	14	15 定休日	16 トモムジカ
17	18	19	20	21 産前産後ヨガ / 泉中央市民センター 和室2	22 定休日	23
24	25	26	27	28	29 定休日	30 休診 (1/2まで)

ふくふくサロン
11/14 授乳ひもを作る会
12/13 フットケアの会
10:00~12:00 800円
とも子助産院

お産リハースルクラス
12/6 13:30~15:30
野村コミセン 800円

産前産後ヨガ
10:15~11:45
1,000円
11/2, 9, 16
12/7, 14, 21
※各会場はカレンダーをご確認ください。
佐藤千恵子
080-1828-1868
suzaku1528@gmail.com

バランスボール de セルフケアの会
10:15~11:30 900円
11/6, 13, 22, 27, 29
12/5, 11, 22
※各会場はカレンダーをご確認ください。
阿由葉麻衣子
maikoayuha1024@gmail.com
090-5768-5660

ベビーマッサージ
10:30~12:00 1,000円
※満席の場合は13:00~14:30も開催します
岩切東コミュニティセンター
11/14, 12/12 佐藤真理子
ao.sora.3105@gmail.com
野村コミュニティセンター
11/7, 11/28, 12/5, 12/19
千葉しのぶ
090-1378-9690
ncfika@gmail.com

おむつなし育児
11/8, 11/29, 12/13
10:00~11:30 500円
野村コミュニティセンター
漆戸千恵
090-5842-4368

母と子のベリーダンスの会
10:30~11:30 野村コミセン
11/1, 11/15, 11/29
12/6, 12/20
妊婦さん: 800円 / 回
初回お試し誰でも: 800円
一般: 1,500円 / 回
子連れOK
申込 belly@tomo-j.jp

母乳準備クラス
11/30 10:00~12:00
会場 野村コミセン 800円
※初産婦さん必修クラス 申込: とも子助産院

ベビー & ママヨガ
野村コミュニティセンター
11/21, 12/12
10:30~12:00
1,000円
申込 千葉しのぶ



YouTubeにて「とも子助産院TV」はじめました。
助産院のご案内、育児や出産に役立つ情報を
助産師が発信します。チャンネル登録お願いします♪

助産院主催の講座 11月12日 ※助産院以外でお産の方も参加できます。

母乳準備クラス
赤ちゃんの抱き方や痛くない吸わせ方
などを模型を使って練習します。

お産リハーサルクラス
フリースタイル出産で、どんな感じ？
助産師がお産劇をまじえてお話します。
スケジュールはカレンダーをご覧ください。

**ふくふくサロン
ーフットケアの会ー**
自分で簡単にできる足のケア方法を
実際にやってみます

ー授乳ひもを作る会ー
授乳に便利なおっぱいひもを
つくってみます。

月謝制のサークル

ママ友合唱部
野村コミュニティセンター
「うたうかい」水曜 10:30~12:00
月謝 3,000円
河村
090-2978-6177
uta@tomo-j.jp

「トモムジカ」土曜 18:00~20:00
月謝 4,000円
申込 とも子助産院
お子さん連れOK！見学歓迎！

各サークル・講座のお申込方法

※申込先がとも子助産院になっているものは、
電話もしくは当院ホームページ画面右上の
お問い合わせ をクリック。
サークル講座申込みフォームを
ご利用ください。

※各担当者へメールでお申し込みの場合は、
かならず電話番号もお知らせください。

※2日以内に返信がないときは、電話にて
確認してください。
エラー扱いになっていることがあります。

スタンプラリー for マタニティー

初産婦さん必修クラス
(お産リハーサルクラス・母乳準備クラス・ふくふくサロン)
含め、サークル6回の参加で
助産院の産後ケアが **5,000円OFF** になります。



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
泉総合運動場内のオレンジ色の建物
駐車場の入り口はいつでもすぐ左手です。

ご利用いただいた方は、右記 QR コードを読み取り、
利用者評価アンケートのご協力をお願いいたします。

2017年11月 とも子助産院サークルカレンダー

