

10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	2 ベビマ 野村コミセン	3 ベリーダンス 野村コミセン	4 産前産後ヨガ 産後BB 泉区中央市民センター和室1 松陵コミセン	5 定休日	6 トモムジカ
7	8 じゃさんしフェスタ in みやぎ 体育の日	9 岩切ベビマ 産後BB イズミティ	10 うたうかい	11 産前産後ヨガ 将監市民センター和室1・2	12 定休日	13 トモムジカ
14	15 産後BB 泉松陵コミセン	16 ふくふくサロン授乳紐を作る会 助産院にて ベビマ イズミティ	17 うたうかい	18 産前産後ヨガ 将監市民センター和室1・2	19 定休日	20 トモムジカ
21 戌の日	22	23 母乳準備クラス 助産院	24 うたうかい	25 産前産後ヨガ おむつなし育児の会 野村コミセン	26 定休日	27 トモムジカ
28	29	30 産後BB 泉社会福祉センター	31 うた ベリーダンス	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 ※各講座ともつり銭のないようご協力ください		

11月

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
				1 産前産後ヨガ 桂市民センター第一会議室	2 戌の日	3 文化の日
4 13:30~野村コミセン ご家族でどうぞ!	5 産後BB イズミティ	6 ベビマ 岩切 野村コミセン	7 うたうかい ベリーダンス	8 産前産後ヨガ 会場未定	9 定休日	10 トモムジカ
11	12 産後BB 泉松陵コミセン	13 ふくふくサロンフットケアの会 10:00~助産院にて	14 産後BB 野村コミセン 戌の日 うた 黒松市民センター	15 産前産後ヨガ 桂市民センター和室1	16 定休日	17 トモムジカ
18	19 産後BB イズミティ	20 ベビマ ヨガ マタニティーセミナー & 無料撮影会	21 うた ベリーダンス	22 産前産後ヨガ 桂市民センター和室1	23 勤労感謝の日 定休日	24 トモムジカ
25	26 戌の日	27 産後BB 泉社会福祉センター 母乳準備クラス 野村コミセン	28 うた ベリーダンス	29 おむつなし育児の会 野村コミセン	30 定休日	

ふくふくサロン 授乳紐を作る会 800円
10/16 10:00~12:00
フットケアの会
11/13 10:00~12:00
会場 とも子助産院

母乳準備クラス 800円
10/23 10:00~12:00 会場 とも子助産院
11/27 10:00~12:00 会場 野村コミセン
※初産婦さん必修クラス 申込:とも子助産院

産前産後ヨガ
10:15~11:45
1,000円
10/4, 10/11, 10/18, 10/25
11/1, 11/8, 11/15, 11/22
※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

産後ママ向けBB
バランスボール de セルフケアの会
10:15~11:30
900円
10/4, 9, 15, 30
11/5, 12, 14, 19, 11/27
※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
※申し込みの際 携帯番号を忘れずお願いします。
岩切東コミュニティセンター
10/9, 11/6
佐藤真理子
ao.sora.3105@gmail.com
野村コミュニティセンター
10/2, 11/6
千葉しのぶ
090-1378-9690
ncfika@gmail.com

おむつなし育児
10/25, 11/29
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
ベビーママヨガ
野村コミュニティセンター
10/16, 11/20
10:30~12:00
1,000円
申込 千葉しのぶ

母と子のベリーダンスの会
10:30~11:30 野村コミセン
10/3, 10/31, 11/7, 11/21, 11/28
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

助産院主催の講座 10月11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

授乳ひもを作る会

授乳に便利なおっぱいひもをつくってみます。

フットケアの会

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



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。



フォーム URL

※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。

10月8日(月・祝) じよさんしフェスタ in みやぎ 2018

太白区中央市民センター、太白区文化センター(たいはくく)にて

入場無料 産前産後にうれしい体験講座あります



YouTubeにて「とも子助産院TV」オープン。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♪

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。



とも子助産院は、アットホームな雰囲気の中で入院分娩・母乳育児相談・産後ケアを行っています。ホームページ、フェイスブックでも情報発信中！

いっしょにマタニティーと子育てTIMEを楽しみましょう♪



仙台市泉区野村字野村 95-6
TEL:022-772-5960

とも子助産院



tomo-j.jp