

2018年

11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 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
13:30~野村コミセン ご家族でどうぞ!	4 お産リハーサル クラス	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 将監市民センター 和室1・2	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 ベビーヨガ 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
11/20 スタジオ Alice (ヨークタウン 市名坂店) にて 伊藤朋子助産師 が担当です。	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

12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 1	
	定員6組(ハイハイする前(生後7ヶ月まで)の赤ちゃんが対象です)						1
2	3 産後BB イズミティ	4 ベビマ 岩切	5 ふくふくサロン ふれあいあそびの会 10:30~11:30 助産院にて	6 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1 ベリーダンス	7 定休日	8 トモムジカ 戌の日	
9	10	11 産後BB 野村コミセン 泉社会福祉センター	12 うたうかい 桂市民センター 和室1	13 産後BB 泉松陵コミセン 産前産後ヨガ おむつなし 育児の会	14 定休日	15 トモムジカ	
16	17	18 ベビーヨガ 野村コミセン	19 産後BB イズミティ ベリーダンス うた	20 野村 コミセン 戌の日	21 定休日	22 トモムジカ	
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26 うたうかい	27	28	29 冬季休業 1/2まで	
30	31						

ふくふくサロン 800円
フットケアの会
 11/13 10:00~12:00
ふれあいあそびの会
 12/5 10:30~11:30
 会場 とも子助産院

お産
リハーサルクラス
 11/4 13:30~15:30
 800円
 野村
 コミセン

産前産後ヨガ
 10:15~11:45
 1,000円
 11/1, 11/8, 11/15, 11/22
 12/6, 12/13
 ※各会場はカレンダーを
 ご確認ください。
 佐藤千恵子
 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
 11/5, 12, 14, 19, 11/27
 12/3, 11, 13, 19
 ※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
 11/6, 12/4
 佐藤真理子
 ao.sora.3105@gmail.com
野村コミュニティセンター
 11/6, 12/11
 千葉しのぶ
 090-1378-9690
 ncfika@gmail.com

おむつなし育児
 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

ベビー&ママヨガ
 野村コミュニティセンター
 11/20, 12/18
 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
 11/7, 11/21, 11/28, 12/6, 12/19
 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 800円
 11/27 10:00~12:00
 会場 とも子助産院
 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

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
—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。

—ふれあいあそびの会—
生後7ヶ月までの赤ちゃん対象。
うたいながら楽しくマッサージします。

サークル・講座のお申し込みページをリニューアルしました♪
各担当へ直接お申し込みいただけます。

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。

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♪



とも子助産院 tomo-j.jp

仙台市泉区野村字野村 95-6
TEL:022-772-5960