


2018年 **12月** **ともし助産院** 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
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)						
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 ベビマ 産後BB 野村 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 産前産後ヨガ 泉松陵コミセン 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  桂市民センター和室2	19 産後BB イズミティ  ベリーダンス うた 	20  戌の日 野村 コミセン	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					

2019年 **1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 元日 戌の日 	2	3	4	5  トモムジカ
※各講座とも つり銭のない ようご協力 ください						
冬季休業						
6	7	8	9  ベビマ 野村コミセン うたうかい 	10 産後BB 泉松陵コミセン  ベリーダンス 	11 定休日	12  トモムジカ
13  戌の日	14 成人の日	15  ベビマ 岩切	16 産後BB イズミティ  利府 母乳準備クラス うた 	17 産前産後ヨガ  桂市民センター 和室1・2	18 定休日	19  トモムジカ
20	21	22 母乳準備 クラス  野村コミセン	23 うた  ベリーダンス 	24 産後BB イズミティ  産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2	25 定休日  戌の日	26  トモムジカ
27 泉第2キョーリ こども園にて	28	29 産後BB ベビー ヨガ  泉社会 福祉センター	30 うた  ふくふくサロン フットケア の会 	31 野村 コミセン にて 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♪		

**ふくふくサロン** 800円  
**ふれあいあそびの会** **フットケアの会**  
1/30  
12/5 10:30~11:30  
会場 とも子助産院  
10:00~12:00  
会場 野村コミセン

**利府** **母乳準備クラス** **泉**  
800円  
1/16 14:00~16:00  
会場・申込 泉第2キョーリこども医院  
022-767-6555  
1/22 10:00~12:00  
会場 野村コミセン  
申込 とも子助産院

※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  
12/6, 12/13  
1/17, 1/24

※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  
12/3, 11, 13, 19  
1/10, 16, 24, 29

※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  
12/4, 1/15  
佐藤真理子  
ao.sora.3105@gmail.com

野村コミュニティセンター  
12/11, 1/9  
千葉しのぶ  
090-1378-9690  
ncfika@gmail.com

**おむつなし育児**  
12/13 500円  
10:00~11:30  
野村コミセン  
漆戸千恵  
090-5842-4368

**ベビー&ママヨガ**  
12/18 桂市民センター和室2  
10:30~12:00  
1/29 泉第2キョーリこども園  
10:00~11:30  
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  
12/6, 12/19, 1/10, 1/23

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 12月1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。

2月3日開催予定です

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。



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。

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。

N4



とも子助産院

橋せまいので注意！！  
片側交互通行

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