

妊婦さん、ファミリー対象 **スタジオアリスによる無料撮影体験会** 申込み不要

10:00～終了まで
(講演中は撮影中断します)



体験講座1 **赤ちゃん和妈妈のためのバランスボールの会** 要申込み 定員20名 (首すわり～幼児)

10:00～受付
10:15～開始

わかねっこバランスボールエクササイズインストラクター
あさのひろみ
申込み先: 浅野 090-7795-6842
hiromi1980331@gmail.com



体験講座2 **ゴムチューブを使った骨盤体操の会** 要申込み 定員20名

10:45～受付
11:00～開始

助産師 カイロプラクター 山口之雪
申込み先: 山口 090-6250-7126
yds791316koyuki@icloud.com



体験講座3 **マタニティヨガ教室** 要申込み 定員20名

11:45～受付
12:00～開始

助産師 マタニティヨガインストラクター
猪狩美保
申込み先: 鈴木 090-7790-0916
suzuki2586257@gmail.com



ミニ講座 **お母さんと子どもの歯の健康** 申込み不要
～妊娠・出産から永久歯に至るまで～
舌小帯の問題も含めて

12:45～入室
13:00～開始

歯学博士 国際認定ラクターションコンサルタント
青葉こどもと親の歯科医院 院長
歯科医師 青葉達夫

体験講座4 **明るく楽しく骨盤底筋体操** 申込み不要
老若男女みんなで楽しみましょう

14:00～入室
14:15～開始

助産師 マタニティエクササイズインストラクター
宮本由美子

助産師ひろば 申込み不要

10:00～終了まで

- ・沐浴実習・赤ちゃん着替えとおむつ交換練習
- ・スリング・抱っこひも・おんぶひもお試し会
- ・助産師によるハンドマッサージ

歯科医師と歯科衛生士による歯科相談 申込み不要

受付 11:00～12:00 (一社) 宮城県歯科医師会
13:30～14:30 生涯にわたるお口の健康を目指して
妊娠中からの歯科保健の重要性について

骨密度測定 申込み不要

10:00～終了まで 東北大学 東北メディカル・メガバンク機構



(あんよ前の赤ちゃん) **ベビーマッサージと育児相談** 要申込み 定員15組

10:00～受付
10:15～開始

助産師 ベビーマッサージインストラクター
岩佐あけみ
申込み先: 岩佐 090-9531-4424
m-iwasagugugu@hb.tp1.jp



セルフリフレクソロジー 要申込み 定員20名 (妊婦さんは参加できません)

11:45～受付
12:00～開始

助産師 JRECリフレクソロジートップインストラクター
本田由美
申込み先: 本田 090-3126-5609
pouchan3597@yahoo.co.jp



(首すわり～ハイハイ期の赤ちゃん) **ベビーマッサージと育児相談** 要申込み 定員15組

13:45～受付
14:00～開始

助産師 ベビーマッサージインストラクター
但野歩美・佐藤真理子
申込み先: 但野 090-2600-6487
clover.mw.2012@gmail.com



赤ちゃんの体重測定と育児相談 申込み不要

10:00～終了まで おむつ替え、授乳できます。



ストーリーテリング(素話)のお話会 申込み不要

語り手 助産師 藤元梯子ほか 途中入退場おひかえください

10:20～10:50 幼児～小学校低学年向け
※小さいお子さんは大人と一緒に参加してください。
11:00～11:35 小学校中学年～大人向け
11:45～12:30 大人向け「走れメロス」他
14:00～14:20 ミニブックトーク
「子どもが初めて出会う絵本」～ブックスタート～
これから赤ちゃんをむかえる方、
赤ちゃんがいる方、子どもの本に興味のある方向け

お申込みの際は ※申込みはなるべくメールでお願いします。

件名 **じょさんしフェスタ**

本文 1. お名前
2. 分娩予定日またはお子さんの月齢
3. 連絡先電話番号 をご記入下さい

こちら(申込みアドレス)からの返信メールを受信できるように設定をお願いします。返信が2日以上ない場合は電話でお問い合わせください。

イベント全般に関するお問い合わせは
じょさんしフェスタ実行委員会
info@josanshifesta.com

予約情報はホームページでご覧になれます。
josanshifesta.com/

イベント内容は変更となる場合もありますのでご承知おきください。

