

2016年

5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 13:00~14:30 予約不要	2 バランスボール de セルフケアの会 10:15~11:30 800円 申込 阿由葉麻衣子 maikoayuha1024@gmail.com	3 憲法記念日	4 みどりの日 戌の日 休診	5 こどもの日	6 定休日	7 トモムジカ
8 誰でも見学会	9	10 BBとヨガ	11 うたうかい ふくふくサロン フットケアの会	12 ベリーダンス 産前産後ヨガ	13 定休日	14 トモ
15 産後2ヶ月以降の方どなたでも	16 戌の日 ぼれぼれ託児ヨガ	17 ベビーマッサージ 岩切	18 うた 母乳準備クラス	19 産前産後ヨガ	20 定休日	21 トモ
22 申込5/9まで	23 わらべうたの会	24 BBとヨガ 軽運動	25 詳細は裏面に♪	26 ベリーダンス	27 定休日	28 トモ 休診 戌の日 日本助産師学会 in 仙台
29	30	31 ベビーマッサージ 野村	5/28 日本助産師会総会 <市民公開講座>13:30~国際センター 1,000円 映画上映「僕がジョンと呼ばれるまで」 川島隆太教授講演 「脳科学から見た優しい子育てとスマートエイジング」			

ふくふくサロン
5/11 フットケアで
まったりの会
6/15 ゆったり手作りの会

母乳準備クラス
5/18
各800円 10:00~12:00
会場: 申込 とも子助産院
※初産婦さん必修クラス

バランスボールとヨガの会
七北田公園体育館 1,500円
10:00~11:30
しっかり有酸素運動! 運動量高い会
産後2ヶ月以降の方どなたでも
5/10, 6/14
前半ボールエクササイズ
後半ヨガの軽運動の会
34週以降の妊婦さん & 産後2ヶ月以降の方
5/24, 6/28
はこつき 鈴木久恵
hakotuki@gmail.com

産前産後ヨガ
桂市民センター 1,000円
10:15~11:45
5/12, 19
6/2, 16, 23
佐藤千恵子
080-1828-1868
suzaku1528@gmail.com

6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
助産院にはいってみよう!	授乳中ママあつまれー! 七北田公園体育館アリーナ 「ナースアウト in 仙台」 で検索♪	1 うた	2 産前産後ヨガ	3 定休日	4 トモムジカ	
5 誰でも見学会	6 ぼれぼれクラフトの会 シュタイナークラフトグループ	7 ベビマ 岩切 手しごとの会	8 うたうかい	9 ベリーダンス 戌の日	10 定休日	11 トモ
とも子助産院にて10:00~13:00 500円(材料費込) 6/6と6/7で「りんごちゃん」 をつくります(どちらかのみ 参加でも可) 申込 y816016@yahoo.co.jp		14 BBとヨガ 運動量高	15 うた ゆったり手作りの会	16 産前産後ヨガ	17 定休日	18 トモ
19 申込6/13まで	20 ぼれぼれ託児ヨガ	21 ベビマ 野村 戌の日	22	23 ベリーダンス 産前産後ヨガ	24 定休日	25 トモ
26 くわしくは裏面参照	27 お片付け講座 (1) 思考の整理	28 BBとヨガ 軽運動	29 わらべうたの会	30	※月謝制の サークル詳細は 裏面へ→	

ママサークル ぼれぼれ富谷
成田公民館
託児つきヨガの会
5/16, 6/20 10:00~1,100円
※託児の都合上、1週間前までに申し込みください
クラフトの会 800円
6/6 10:30~
各回とも終了後ミニランチ会
(11:30~13:00) 参加費100円
(ランチ代別途、持ち込み可)
porepore@tomo-j.jp

ベビーマッサージ
10:30~12:00 1,000円(オイル代込み)
※満席の場合は13:00~14:30も開催します
野村コミュニティセンター
5/31, 6/21 千葉しのぶ
090-1378-9690 ncfika@gmail.com
岩切東コミュニティセンター
5/17, 6/7 佐藤真理子
ao.sora.3105@gmail.com

わらべうたの会
とも子助産院
5/23, 6/29
10:30~11:45
800円
石澤佳奈
canaan@webspice.jp

月謝制のサークル

母と子のベリーダンスの会

野村コミュニティセンター

10:30~11:30

5/12、5/26、6/9、6/23

月謝 3,000円 初回体験 500円

2回目以降の単発参加 2,000円

8月7日の
助産院夏まつりで
ベリーダンスショー
いっしょに踊ろう!



申込 とも子助産院 belly@tomo-j.jp

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 10:00~11:30



月謝 4,000円

椎名 淳子

090-2972-3105

「トモムジカ」土曜 18:00~20:00



月謝 3,000円

申込 とも子助産院

お子さん連れOK! 見学歓迎!

8月28日に
ノーバルビルにて
発表会♪
いっしょに歌おう!

連続企画 お片付け講座



会場 とも子助産院
各回 1,000円
(単発参加可能)

10:00~11:30

講座1 6/27 思考の整理
講座2 7/25 ものの整理
講座3 8/29 写真の整理

申込 はやさか ひろみ

090-2974-7966

hiromimi@energy.och.ne.jp



各サークル・講座のお申し込み方法

※申し込み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。

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。



とも子助産院

仙台市泉区

野村字野村 95-6

TEL: 022-772-5960

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。

桂市民センター

泉区桂 3-19-1

022-375-0550

児童館併設で近くに公園があります

七北田公園体育館

泉区七北田赤生津 4

022-375-9914

七北田公園正面入り口から見て、

右手の建物。駐車場有料あり。

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。

