

2016年

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 トモムジカ
2 助産院はこんなところ	3 ぽれぽれクラフトの会	4 ふくふくサロン 授乳ひもを作る会 岩切	5 うたうかい	6 産前産後ヨガ 桂市民センター 研修室1	7 定休日 戌の日	8 トモムジカ
9 誰でも見学会	10 体育の日	11 野村 ベビマ	12 うた	13 お片付け講座 ベリーダンス	14 定休日	15 トモムジカ
16 お産リハーサルクラス 野村	17 ご家族でどうぞ! 13:30~15:30 野村	18 BBセルフケア 泉社会福祉センター	19 戌の日	20 産前産後ヨガ 野村コミュニティセンター・ホール	21 定休日	22 トモムジカ
23	24 31 戌の日	25 お片付け講座 BBとヨガ 軽運動	26 母乳準備クラス 泉	27 ベリーダンス	28 定休日	29 トモムジカ
30						



母乳準備クラス

利府

11/9 14:00~16:00
会場：申込
たかだこども医院
022-767-6555

ふくふくサロン

10:00~12:00
10/4 授乳ひもを作る会
11/1 ふくふくわらべうたの会
会場：とも子助産院

お産リハーサルクラス

10/16 13:30~15:30
会場
野村コミュニティセンター

※初産婦さん必修クラス 各800円 申込：とも子助産院

バランスボール de セルフケアの会



10月まで800円
11月から900円
10/8, 10/15
13:30~14:45

10/18, 11/7, 8, 15, 16, 21, 29
10:15~11:30

※各会場は
カレンダーを
ご確認ください。

阿由葉麻衣子
maikoayuh1024@gmail.com



バランスボールと ヨーガの会

七北田公園体育館 1,500円
10:00~11:30
10/8, 10/15
13:30~14:45
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
10/4, 11/1

前半ボールエクササイズ
後半ヨガの軽運動の会
産後2ヶ月~6ヶ月未満の方おすすめ
10/25, 11/22

はこつき 鈴木久恵
hakotuki@gmail.com



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 ふくふくサロン わらべうたの会	2 うたうかい	3 文化の日	4 定休日	5 トモムジカ
6 誰でも見学会	7 お片付け講座 ぽれぽれクラフトの会	8 BBセルフケア 泉社会福祉センター ベビマ 岩切	9 うた 母乳準備クラス 利府	10 産前産後ヨガ 桂	11 定休日	12 トモムジカ
13	14 BBセルフケア イズミティ	15 BBセルフケア 泉社会福祉センター	16 うた BBセルフケア 野村コミセン ベリーダンス	17 産前産後ヨガ 桂	18 定休日	19 トモムジカ
20	21 ぽれぽれ 託児ヨガ	22 BBと ヨガ ベビマ 野村	23 勤労感謝の日	24 戌の日	25 定休日	26 トモムジカ
27	28	29 BBセルフケア 泉社会福祉センター	30 ベリー ダンス	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		

産前産後ヨガ

10:15~11:45
1,000円
10/6
桂市民センター研修室1
10/20
野村コミセンホール
11/10, 17
桂市民センター 和室
佐藤千恵子
080-1828-1868

suzaku1528
@gmail.com



ママサークルぽれぽれ富谷

成田公民館

託児つきヨガの会

11/21 10:00~
1,100円
※託児の都合上、1週間前までにお申し込みください

クラフトの会 800円
10/3, 11/7 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@fomo-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

10/11, 11/22
千葉しのぶ
090-1378-9690
ncfika@gmail.com

岩切東コミュニティセンター

10/4, 11/8
佐藤真理子
ao.sora.3105@gmail.com



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

10/13、10/27、11/16、11/30
(11月から第二、第四水曜になります)

月謝 3,000円 初回体験 500円

2回目以降の単発参加 2,000円



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 3,000円

椎名淳子

090-2972-3105

「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!

単発参加OK お片付け講座



会場 とも子助産院

毎回 1,000円

10:00~11:30

講座1 10/13(木) 思考の整理

講座2 10/25(火) ものの整理

講座3 11/7(月) 写真の整理

申込 はやさか ひろみ

090-2974-7966

hiromimi@energy.ocn.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。

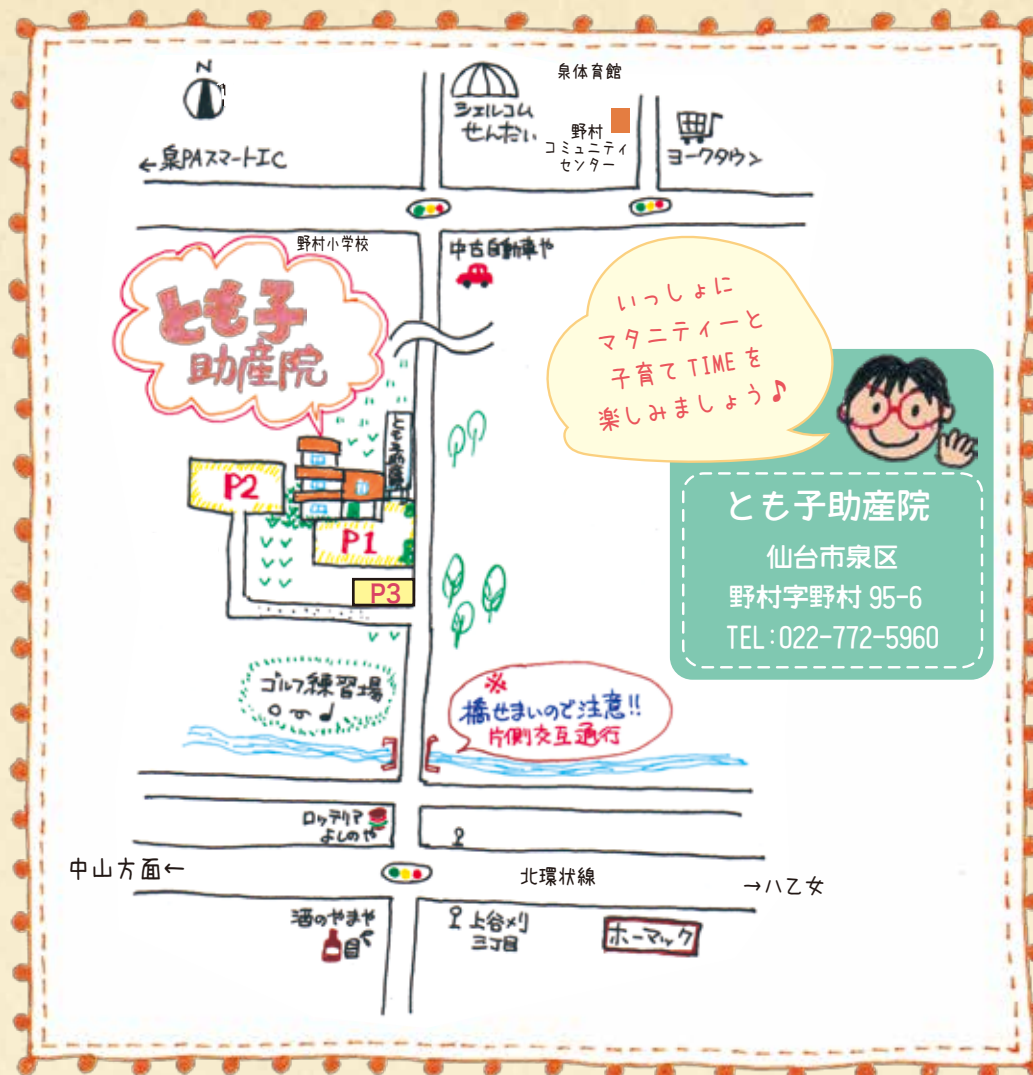
スタンプラリー for マタニティー

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。



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

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。

