



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	2	3 憲法 記念日	4 みどりの 日	5 こどもの 日
6 戌の日	7 助産院の隣 ゴリラガードにて	8 BBセルフケア ベビマ 岩切	9 うた ふくふくサロン 赤ちゃんグッズの会	10 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室2	11 定休日	12 トモムジカ
13	14 BBセルフケア 泉松陵 コミセン	15 ベビマ 野村コミセン	16 うた ベリー ダンス	17 産前産後ヨガ 桂市民センター 第一会議室	18 定休日 戌の日	19 トモムジカ
20	21	22 ベビーヨガ 野村コミセン	23 黒松市民センター うた	24 産前産後ヨガ 桂市民センター 第一会議室	25 定休日	26 トモムジカ
27	28 BBセルフケア イズミティ	29 BBセルフケア 泉社会福祉 センター	30 黒松市民センター うた 戌の日	31 野村コミセン		



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。)

ともし助産院
022-772-5960



日	月	火	水	木	金	土
						1 定休日 2 トモムジカ
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♪				※各講座とも つり銭のない ようご協力 ください		
3 お産 リハーサル クラス 野村コミセン	4	5 岩切 ベビマ ふくふくサロン 授乳ひもをつくる会 BBセルフケア 泉社会福祉センター	6 うたうかい	7	8 定休日	9 トモムジカ
10 泉松陵 コミセン	11 BBセルフ ケア	12 ベビマ	13 母乳準備 クラス ベリ ダンス BBセルフ ケア イズミティ	14 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1	15 定休日	16 トモムジカ
17	18 BBセルフ ケア イズミティ	19 ベビーヨガ 野村コミセン	20 うたうかい	21 おむつなし 育児の会 野村コミセン	22 定休日	23 トモムジカ 戌の日
24	25 BBセルフ ケア イズミティ	26 母乳準備 クラス 10:00~ 野村コミセン	27 うた ベリー ダンス	28 産前産後ヨガ 桂市民センター 第一会議室	29 定休日	30 トモムジカ

ふくふくサロン

5/9 赤ちゃんグッズの会
6/5 授乳ひもをつくる会
10:00~12:00 800円
野村コミセン

お産

リハーサルクラス

6/3 800円
13:30~15:30
野村コミセン

利府 母乳準備クラス 泉

6/13 14:00~16:00 800円
会場・申込
たかだこども医院
022-767-6555

6/26 10:00~12:00
会場 野村コミュニ
ティ
センター

※初産婦さん必修クラス

申込: ともし助産院

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000円

5/10, 5/17, 5/24
6/14, 6/21, 6/28

※各会場はカレンダーを
ご確認ください。

佐藤千恵子

080-1828-1868

suzaku1528
@gmail.com



バランスボール de セルフケアの会

10:15~11:30
900円

5/8, 14, 23, 28, 29
6/5, 11, 13, 18, 25

※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

5/8, 6/5
佐藤真理子

ao.sora.3105@gmail.com

野村コミュニティセンター

5/15, 6/12
千葉しのぶ

090-1378-9690
ncfika@gmail.com

おむつなし育児

5/24, 6/21
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
5/22, 6/19
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

5/16, 5/30, 6/13, 6/27

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 5月6月

※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

ー赤ちゃんグッズの会ー

赤ちゃんを迎えるにあたっての必要なもの、準備するもの。抱っこやおむつ替えなどお世話の仕方を赤ちゃん人形でやってみます。

ー授乳ひもを作る会ー

授乳に便利なおっぱひもをつかってみます。

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

※5/23、5/30、6/13は黒松市民センター

「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。

N
4



橋せまいので注意!!
片側交互通行

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