



# ともし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 うたうかい	2 産前産後ヨガ	3 秋田の助産院イスキア 菅原光子さんのいのちのおはなし	4 休診 トモムジカ
			ベリーダンス	桂市民センター 和室1	助産院夏まつり	
5	6 産後BB イズミティ	7	8 うたうかい	9	10 定休日 戌の日	11 山の日
12	13	14	休診			18 トモムジカ
19 お産リハーサル クラス 野村コミセン	20	21 ベビマ 野村コミセン	22 うたうかい 戌の日	23	24 定休日	25 トモムジカ
26	27	28 産後BB 泉社会福祉センター	29 うた ベリーダンス	30 おむつなし 育児の会 野村コミセン	※各講座とも つり銭のない ようご協力 ください	
				産後BB イズミティ	産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1	



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。)

ともし子助産院  
022-772-5960



日	月	火	水	木	金	土
						1 トモムジカ
ご家族でどうぞ! 野村コミセン 13:30~		9/4 ふくふくサロン 赤ちゃんグッズの会 赤ちゃん人形を使ってお世話の仕方を助産師と一緒にやってみます♪ 必要なグッズ選びや季節ごとの疑問も解決!				
2 お産リハーサル クラス	3 戌の日	4 産後BB 泉社会福祉センター ベビマ 岩切 野村コミセン	5 うたうかい	6 産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2 ベリーダンス	7 定休日	8 トモムジカ
9 助産師 研修会のため 休診	10	11 利府 14:00~16:00 たかだこども医院	12 うた ベビ 母乳準備 クラス	13 産後BB 泉松陵コミセン 産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2	14 定休日	15 戌の日
9/23 うたうかい& トモムジカ 発表会 ◎戦災復興記念館		18	19 うた 産後BB ベリーダンス イズミティ	20 産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2	21 定休日	22 トモムジカ
16 秋分の日	17 敬老の日	25 産後BB イズミティ	26 うたうかい	27 おむつなし 育児の会 野村 コミセン	28 定休日	29 トモムジカ
23	24 振替休日	30				

## ふくふくサロン 赤ちゃんグッズの会

9/4 10:00~12:00  
野村コミセン  
800円

## お産リハーサルクラス

8/19, 9/2 13:30~15:30  
野村コミセン  
800円

## 母乳準備クラス

800円 (利府)

9/12 14:00~16:00  
会場、申し込み たかだこども医院  
022-767-6555

※初産婦さん必修クラス

申込: ともし子助産院

## 産前産後ヨガ

10:15~11:45  
1,000円  
8/2, 8/30  
9/6, 9/13, 9/20

※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

## 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  
8/6, 28, 30  
9/4, 13, 19, 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

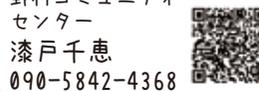
10:30~12:00 1,000円  
※申し込みの際  
携帯番号を忘れずお願いします。  
岩切東コミュニティセンター  
9/4 佐藤真理子  
ao.sora.3105@gmail.com



野村コミュニティセンター  
8/21, 9/4  
千葉しのぶ  
090-1378-9690  
ncfika@gmail.com

## おむつなし育児

8/30, 9/27  
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  
9/12  
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  
8/1, 8/29, 9/6, 9/19  
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 8月9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。



### ふくふくサロン

#### —赤ちゃんグッズの会—

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、赤ちゃんの抱っこ、オムツ変えなどお世話の仕方を赤ちゃん人形を使ってやってみます。

### 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。

### 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。

### 助産院夏まつり



8月3日(金) 4日(土)の2日間  
プール、かき氷、ベリーダンス etc...  
3日は「いのちの話」の講座があります！



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](http://tomo-j.jp)

仙台市泉区野村字野村 95-6  
TEL:022-772-5960