

2019年

3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 定休日	2 トモ 戌の日
3	4 産後 BB イズミティ	5 産後 BB 野村コミセン ベビマ 岩切	6 うたうかい	7 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室2	8 定休日	9 トモムジカ
10	11 定員6組 対象:生後7ヶ月 (はいはいする前) の赤ちゃん 10:00~ 野村コミセンにて	12 産後 BB 泉社会福祉センター ふくふくサロン ふれあいあそび	13 うたうかい ベリーダンス	14 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室2 戌の日	15 定休日	16 トモムジカ
17	18 産後 BB 泉第2 チェリー こども園	19 ベビマ 野村コミセン	20 うたうかい 産後 BB 泉社会福祉センター	21 春分の日	22 定休日	23 トモムジカ
24	25	26 ベビマ ヨガ 戌の日	27 うた ベリーダンス	28	29 定休日	30 トモムジカ
31						

※初産婦さん必修クラス

ひと家族 800 円

ふくふくサロン

会場 野村コミュニティセンター
 申込: とも子助産院

ふれあいあそびの会

3/12 10:00~11:30

フットケアの会

4/24 10:00~12:00

母乳準備クラス



4/17 14:00~16:00

会場・申込
 たかだこども医院
 022-767-6555

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000 円

3/7, 3/14

4/11, 4/25

※各会場はカレンダーを
 ご確認ください。

佐藤千恵子

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

3/4, 5, 12, 18, 20

4/11, 16, 22

※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



4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	2	3 ベリー ダンス うた	4 イズミティ	5 定休日	6 トモ
7 戌の日	8	9 ベビマ 野村 コミセン	10 うたうかい	11 産後 BB 産前産後 ヨガ B	12 定休日	13 トモムジカ
14	15	16 産後 BB 泉社会福祉センター ベビマ 岩切	17 母乳準備 クラス 利府 うたうかい ベリーダンス	18 将監市民センター 和室1・2	19 戌の日 定休日	20 トモムジカ
21	22 産後 BB イズミティ	23 ベビーヨガ	24 ふくふくサロン フットケアの会 うたうかい マタニティー セミナー スタジオ Alice ヨークタウン市名坂店にて 佐藤真理子助産師が担当 無料撮影会も!	25 産前産後 ヨガ 桂市民センター 和室1	26 定休日	27 トモムジカ
28	29 昭和の日	30 退位の日				

※各講座とも
 つり銭のないよう
 ご協力ください

ベビーマッサージ

10:30~12:00 1,000 円

※申し込みの際
 携帯番号を忘れずをお願いします。

岩切東コミュニティセンター

3/5, 4/16

佐藤真理子

ao.sora.3105@gmail.com

野村コミュニティセンター

3/19, 4/9

千葉しのぶ

090-1378-9690

ncfika@gmail.com

ベビー & ママヨガ

3/26, 4/23

10:00~11:30

泉第2チェリー

こども園

1,000 円

千葉しのぶ

090-1378-9690

ncfika@gmail.com

母と子のベリーダンスの会

10:30~11:30 野村コミセン

3/13, 3/27, 4/3, 4/17

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 3月4月

※助産院以外でお産の方も参加できます。
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

ーふれあいあそびの会ー

生後7ヶ月までの赤ちゃん対象。
うたいながら楽しくマッサージします。

ーフットケアの会ー

自分で簡単にできる足のケア方法を
実際にやってみます



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。

予告！
6/23 開催予定

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。



サークル・講座のお申し込みページをリニューアルしました♪
各担当へ直接お申し込みいただけます。

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

「うたうかい」水曜 10:30～12:00



月謝 3,000 円

担当 菅原

090-8259-2557

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。

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

