

2019年



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	2 うたうかい	3 産前産後ヨガ ベリーダンス 桂市民センター1F 第一会議室	4 トモムジカ 戌の日	5 トモムジカ
6	7	8 BB&ヨーガ 泉第2チェリー こども園	9	10 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1	11 外来休診	12 トモムジカ
13	14 体育の日	15 ベビマ 泉第2チェリー こども園	16 母乳準備クラス 利府 14:00~ 戌の日	17 産前産後ヨガ ベリーダンス 桂市民センター 和室1	18 外来休診	19 トモムジカ
20	21 産後BB イズミティ	22 国民の祝日	23 ふくふくサロン フットケアの会 助産院 10:00~	24 産前産後ヨガ 桂市民センター1F 第一会議室	25 外来休診	26 トモムジカ
27	28 戌の日	29 産後BB 泉社会福祉センター	30 うたうかい ベビーヨガ	31 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1	外来休診	



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。とも子助産院
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。)

022-772-5960



日	月	火	水	木	金	土
					1	2 トモムジカ
						3 トモムジカ
3 文化の日	4 振替休日	5 BB&ヨーガ 泉第2チェリー こども園	6 母乳準備クラス 10:00~ 助産院	7 産前産後ヨガ 将監市民センター和室1・2	8 外来休診	9 トモムジカ 戌の日
10	11	12 ふくふくサロン ふれあい遊びの会 10:00~ 助産院	13 うたうかい ベビマ 泉第2チェリー こども園	14 産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2 産後BB イズミティ	15 外来休診	16 トモムジカ
17	18 13:30~ 野村コミセン	19 産後BB 泉社会福祉センター	20 うた スタジオアリス マタニティセミナー	21 産前産後ヨガ 戌の日	22 外来休診	23 勤労感謝の日
24 お産リハースル クラス	25 産後BB イズミティ	26 ベビーヨガ 泉第2チェリー こども園	27 うたうかい	28 産前産後ヨガ ベリーダンス	29 外来休診	30 トモムジカ

助産院助産師による講座

参加費 ひと家族 800 円 申込 とも子助産院

母乳準備クラス
利府 10/16 14:00~16:00
会場・申込 たかだこども医院
022-767-6555
11/6 10:00~12:00
会場 とも子助産院

お産リハースルクラス
11/24 野村コミセン
13:30~15:00

**ふくふくサロン
フットケアの会**
10/23 助産院
10:00~12:00

ふれあい遊びの会
11/12 助産院
10:00~11:30

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000 円

10/3, 10, 17, 24, 31
11/7, 14, 21, 28

※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 バランスボール de セルフケアの会



産後BB

10:15~11:30
900 円

10/21, 29

11/14, 19, 25

阿由葉麻衣子
maikoayuha1024
@gmail.com

090-5768-5660



BB&ヨーガ

10:00~11:30
1,000 円

10/8, 11/5

泉第2チェリー
こども園

ベビー マッサージ

10/15, 11/13
10:00~11:30

泉第2
チェリー
こども園



各 1,000 円

※申し込みの際、
携帯番号を忘れずをお願いします。

千葉しのぶ

090-1378-9690

ncfika@gmail.com

ベビー & ママヨガ

10/30, 11/26
10:00~11:30

泉第2
チェリー
こども園



各 1,000 円

※申し込みの際、
携帯番号を忘れずをお願いします。

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

10/3, 10/17, 11/14, 11/28

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 10月11日 スケジュールはカレンダーをご覧ください。

※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。

ふくふくサロン

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。

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。

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。

※外来診療時間は下記の通りです。木曜、金曜、祝日が外来休診。

月～水・土 9:00～16:00 日曜 9:00～12:00 (全て予約制です。)



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