

2019 年

12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	2	3 産後 BB 泉社会福祉センター 戌の日 ふくふくサロン 手作りの会 助産院にて 10:00~	4 うたうかい	5 ベリーダンス	6	7 トモムジカ
8	9 だっこおんぶの相談会	10 BB & ヨーガ 泉第2チェリーこども園	11 うたうかい	12 産前産後ヨガ 将監市民センター 和室1・2 外来休診	13	14 トモムジカ
15 戌の日	16	17 ベビマ 泉第2チェリーこども園	18 うたうかい	19 産後 BB ベリーダンス 泉社会福祉センター 外来休診	20	21 トモムジカ
22	23 産後 BB イズミティ	24	25	26	27 戌の日 外来休診	28
29	30	31	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♪			

年末年始休診 1/3 まで

2020 年



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
※各講座ともつり銭のない ようご協力ください。			1	2	3	4
5	6	7 BB & ヨーガ 泉第2チェリーこども園	8 戌の日	9 ベリーダンス 外来休診	10	11 トモムジカ
12	13	14 ベビマ 泉第2チェリーこども園	15 ふくふくサロン フットケアの会 10:00~ 助産院 うたうかい	16 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 外来休診	17 スタジオ Alice マタニティー セミナー 外来休診	18 トモムジカ
19	20 戌の日 だっこおんぶの相談会 13:30~ 助産院	21 産後 BB 野村コミセン	22 ベビー ヨガ 泉第2チェリーこども園 うた 利府 母乳準備 クラス 14:00~	23 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1 ベリーダンス 外来休診	24 ヨークタウン 市名坂店にて 伊藤麻子 助産師が 担当します	25 トモムジカ
26 お産 リハーサル クラス	27 産後 BB イズミティ	28 ベビマ 野村コミセン	29 産前産後ヨガ うたうかい 桂市民センター 第一会議室	30 産後 BB 泉社会福祉センター 外来休診	31	

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 1/22 14:00~16:00
会場・申込
たかだこども医院
022-767-6555

お産リハーサルクラス

1/26 助産院
13:30~15:00

ふくふくサロン

手作りの会

12/3 助産院
10:00~12:00

フットケアの会

1/15 助産院
10:00~12:00

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000 円

12/12
1/16, 1/23, 1/29

※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

だっこおんぶ
の相談会

10:00~11:00

12/9, 1/20

1,000 円
(同伴者は 500 円)

会場 とも子助産院
會田沙梨
dakko@tomo-j.jp
080-6034-6782

産後ママ向け
バランスボール de
セルフケアの会

※各会場は
カレンダーを
ご確認ください。

産後 BB BB & ヨーガ

10:15~11:30 900 円 10:00~11:30 1,000 円
12/3, 19, 23 12/10, 1/7
1/16, 21, 27, 30 泉第2チェリーこども園
阿由葉麻衣子
maikoayuha1024
@gmail.com
090-5768-5660

ベビー
マッサージ

12/17,
1/14, 1/28
10:00~11:30

※各会場は
カレンダーを
ご確認ください。

各 1,000 円
※申し込みの際、
携帯番号を忘れずにお願いします。
千葉しのぶ
090-1378-9690
ncfika@gmail.com

ベビー &
ママヨガ

1/22
10:00~11:30
泉第2
チェリー
こども園

※各会場は
カレンダーを
ご確認ください。

各 1,000 円
※申し込みの際、
携帯番号を忘れずにお願いします。
千葉しのぶ
090-1378-9690
ncfika@gmail.com

母と子の
ベリーダンスの会

12/5, 12/19, 1/9, 1/23
10:30~11:30

野村コミセン
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



2020 年
助産院主催の講座 12 月 1 月 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。

ふくふくサロン

ーゆったり手作りの会ー

授乳に便利なおっぱいひもを
作ってみます。



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。

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。



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