

2020年

1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
※各講座ともつり銭のない ようご協力ください。			1	2	3	4
			外来休診			
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 	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 	17 スタジオ Alice マナー セミナー	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  母乳準備 クラス 14:00～ 利府 	23 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1  ベリー ダンス 	24 ヨークタウン 市名坂店にて 伊藤朋子 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	31	外来休診

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

ふくふくサロン
フットケアの会1/15 助産院
10:00~12:00

お産リハーサルクラス

1/26 助産院
13:30~15:00

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

助産院

2/5 10:00~12:00
会場・申込
とも子助産院

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000 円

1/16, 1/23, 1/29
2/13, 20, 27

※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

1/20, 2/17

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

2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。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
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♪						1 トモ 戌の日
2	3	4 BB&ヨガ 泉第2チェリーこども園	5 うたうかい 母乳準備クラス 10:00~ 助産院	6 ベリーダンス 外来休診	7	8 トモムジカ
9	10	11 建国記念の日	12 うたうかい ベビマ 泉第2チェリーこども園	13 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 戌の日 外来休診	14	15 トモムジカ
16	17 だっこおんぶの相談会	18 産後BB 泉社会福祉センター	19 うたうかい ベビーヨガ 泉第2チェリーこども園	20 産前産後ヨガ ベリーダンス 将監市民センター和室1・2 外来休診	21	22 トモムジカ
23 天皇誕生日	24 振替休日	25 戌の日 ベビマ 泉第2チェリーこども園	26 産後BB 野村コミセン	27 産前産後ヨガ BB&ヨガ 泉第2チェリーこども園 将監市民センター和室1・2 外来休診	28	29 トモムジカ

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
10:15~11:30
900 円1/16, 21, 27, 30
2/13, 18, 26阿由葉麻衣子
maikoayuha1024@gmail.com

090-5768-5660

ベビー
マッサージ1/14, 1/28
2/12, 2/25
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, 2/19
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1/9, 1/23 野村コミセン
2/6, 2/20 とも子助産院
10:30~11:30
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 1 月 2 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。



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。

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