

2020

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 だっこおんぶの相談会 おんぶの相談会 パパ向け講座 13:30 ~	2	3 産後 BB B 泉社会福祉センター	4 うたうかい うたうかい	5 ベリーダンス ベリーダンス 外来休診	6 BB&ヨーガ Y 泉社会福祉センター	7 トモムジカ トモムジカ
8 戌の日	9	10 ふくふくサロン ふれあい遊びの会 10:00 ~ 助産院	11 うたうかい うたうかい	12 外来休診	13	14 トモムジカ トモムジカ
15	16	17 産後 BB B 泉社会福祉センター ベビーヨガ ベビーヨガ	18 うた 産前産後ヨガ 桂市民センター 第一会議室	19 外来休診	20 春分の日 戌の日	21 トモムジカ トモムジカ
22	23 産後 BB B イズミティ	24	25 うたうかい うたうかい	26 ベリーダンス ベリーダンス 外来休診	27	28 トモムジカ トモムジカ
29	30	31	※各講座ともつり銭のないようご協力ください。			

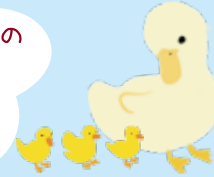
4月

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
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 戌の日 戌の日	2 ベリーダンス ベリーダンス 外来休診	3	4 トモムジカ トモムジカ
5	6	7	8	9 産後 BB B イズミティ	10 外来休診	11 トモムジカ トモムジカ
12	13	14 BB&ヨーガ Y 泉社会福祉センター ベビマ 泉第2 チェリー こども園	15 うたうかい うたうかい	16 産前産後ヨガ 産前産後ヨガ 桂市民センター 和室1	17 外来休診	18 トモムジカ トモムジカ
19	20	21 ベビー ヨガ ベビー ヨガ	22 うたうかい 産後 BB B 野村コミセン スタジオ Alice マタニティー セミナー	23 ヨークタウン 市名坂にて とも子助産院 助産師が 担当します	24 外来休診	25 トモ 戌の日
26	27	28 産後 BB B 泉社会福祉センター	29 昭和の日 昭和の日	30 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
ふれあい遊びの会

3/10 10:00~11:30
会場 とも子助産院

わらべうたを
うたいながら
ママと赤ちゃんの
スキンシップを
楽しみましょう。

産前産後ヨガ

10:15~11:45

1,000 円

3/18、4/16

※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

13:30~14:30

3/1

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

B

産後 BB
10:15~11:30
900 円

3/3, 17, 23
4/9, 22, 28

阿由葉麻衣子
maikoayuha1024
@gmail.com
090-5768-5660

Y

BB&ヨーガ
10:00~11:30
1,000 円

3/6, 4/14

ベビー
マッサージ

4/14

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

3/17、4/21

10:00~11:30

泉第2
チェリー
こども園

各 1,000 円

母と子の
ベリーダンスの会

3/5, 3/26

4/2 野村コミュニティセンター

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



申込 belly@tomo-j.jp



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。

メンバー
 随時
 募集中!



「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

月謝制のサークル

ママ友合唱部

お子さん連れ OK!
 見学歓迎!

会場
 野村コミュニティ
 センター



「トモムジカ」

土曜 18:00~20:00
 月謝 4,000 円

申込 とも子助産院

母と子のベリーダンスの会

3/5, 3/26, 4/2 野村コミュニティセンターにて開催

対象：初心者むけ。お子さん連れ可（託児はありません）

動きやすい服装と、水分補給のための飲物をご持参ください。

妊婦さんや産後の女性、なにか体を動かしたい!という
 女性のかた、どなたでも参加できます。



※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