



# 1月の講座ご案内



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
6	★よもぎ蒸し	★よもぎ蒸し * わらべうた ベビマ教室と おもちゃサロン	★よもぎ蒸し		★よもぎ蒸し	12 中期両親学級
13	★よもぎ蒸し	★よもぎ蒸し ★リトミック	★よもぎ蒸し		★よもぎ蒸し ♥ マタニティヨガ ♥ 産後ヨガ ◆ ボディジュエリー	19
20	★よもぎ蒸し	★よもぎ蒸し	★よもぎ蒸し ✿ 離乳食講座 ✿ 産後体操		★よもぎ蒸し ◆ タッチケア	26 後期両親学級
27		★よもぎ蒸し * ベリーダンス	★よもぎ蒸し	31		

## 両親学級教室(※要予約)

- \*日時：第1・4土曜日 13:00 ~ 16:00  
◇中期 20週~32週の方を対象(第1土曜日)  
◇後期 32週以降の方を対象(第4土曜日)
- \*定員：7~8組
- \*場所：3F セミナールームにて行います
- \*持ち物：母子手帳・HELLO BABYテキスト・軽装  
(↑再発行300円)  
(当院の方は無料でご参加いただけます。他院の方は参加費500円)

## 開講中の教室・イベント

♥ マタニティヨガ 初回体験費 ¥500  
第1・3金曜日  
10:30~11:30 ¥1,000  
♥ 産後ヨガ 初回体験費 ¥500  
第1・3金曜日  
11:45~12:45 ¥1,000

\* わらべうたベビーマッサージ教室  
とおもちゃサロン  
毎月第2火曜日  
10:30~11:30 ¥10,000  
※初回体験費は¥1,000です(¥2,500×全4回コース)  
★ご入会された方にはもれなく  
\*CD付テキスト本、  
\*木のおもちゃ「ならべっこ」  
(¥4,000相当)をプレゼント!

\* ベリーダンス  
(3名様以上からの開講になります)  
1月29日(火)  
10:00~11:00 ¥1,000  
(50分レッスン+休憩あり)

✿ 産後体操  
第4水曜日  
10:00~11:00 ¥1,000

♪ マタニティフラダンス  
※今月は休講になります。  
♪ ベビードダンス  
※今月は休講になります。

✿ 離乳食講座  
第4水曜日  
12:00~13:00 ¥500

★ よもぎ蒸し  
月・火・水・金曜日  
10:00~、11:30~、13:30~  
(各時間帯お一人様ずつご予約制)  
初回 ¥2,500 2回目以降 ¥3,000  
50~60分(よもぎ蒸し自体は20~30分程です)

★ アロマトリートメント  
※詳しくは受付までお問い合わせください!

★ ベビーリトミック  
1月15日(火) 10:00~10:40  
¥1,000

※ご予約は5日前までにお電話、または受付にてお申し出ください。  
日程は急遽変更になる場合がございますのでご容赦くださいませ。

◆ マタニティボディジュエリーペイント  
第3金曜日  
13:00~14:00  
14:00~15:00 ¥4,000~

◆ オリジナルのマタニティキーリング  
作成できます♪  
イニシャル ¥2,680  
予定日 ¥2,980

\*受付に見本が置いてあります。  
お気軽にお問い合わせください☆



★ おくるみタッチケア  
第4金曜日 11:30~  
¥3,000

森本産婦人科クリニック  
TEL: 078-786-1103



◆ヘアゴムの  
ワークショップ

\*ベリーダンス

※今月は休講になります。

★よもぎ蒸し

♥マニティヨガ  
♥産後ヨガ

♪ベビーダンス

♪マタニティフラ

♪マタニティフラダンス

♪ベビーダンス (3名様以上からの開講になります)  
(3名様以上からの開講になります) 12月19日(水) 14:00~14:50  
12月19日(水) 13:00~13:50

各 ¥1,500

※今月のみ第3水曜

🌸ポフポフヘアゴムのワークショップ♪

7月9日(月) 10:00~12:00

7月18日(水) 10:00~12:00

(※飲み物&お茶菓子付き)

¥500

