



# 2月の講座ご案内



## 開講中の教室・イベント

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1 中期両親学級
2 ★よもぎ蒸し	3 ★よもぎ蒸し	4 ★よもぎ蒸し	5 ★よもぎ蒸し	6 ★よもぎ蒸し ♥マタニティヨガ ♥産後ヨガ	7	8
9 ★よもぎ蒸し	10	11	12 ★よもぎ蒸し	13	14 ★よもぎ蒸し ◆タッチケア	15
16 ★よもぎ蒸し	17 ★ベビーリトミック ★よもぎ蒸し	18	19 ★よもぎ蒸し	20	21 ★よもぎ蒸し ♥マタニティヨガ ♥産後ヨガ	22 後期両親学級
23	24	25 ★よもぎ蒸し ★育児サークル	26 ★よもぎ蒸し 産後体操 離乳食講座	27	28 ★よもぎ蒸し	29

♥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

★ベビーリトミック  
第3火曜日  
6ヶ月~おすわりできる頃から  
10:00~10:40 ¥1,000

産後体操  
第4水曜日  
10:00~11:00 ¥500  
\*持ち物: 軽装、タオル、飲み物

★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)  
50~60分(よもぎ蒸し自体は20~30分程です)  
¥2,500

離乳食講座(森永乳業)  
第4水曜日  
13:00~14:00 (5ヶ月頃)  
14:00~15:00 (6ヶ月~11ヶ月頃)  
¥500  
定員: 4組  
\*持ち物: エプロン、筆記用具(×モモ)  
タオルハンカチ、抱っこ紐等

★おくるみタッチケア  
第4金曜日(今回のみ第2金曜日に変更)  
11:30~12:30 ¥3,000  
持ち物: 大きめのバスタオル2枚  
対象: マタニティー期から生後2か月頃まで

★育児サークル (今回は第4火曜日)  
13:30~ ¥1,000  
\*持ち物: バスタオル1枚

★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

### 両親学級教室(※要予約)

\*日時: 第1・4土曜日 13:00 ~ 16:00  
(12:50に受付にお越し下さい)  
◇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: 4~5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)

※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。

森本産婦人科クリニック  
TEL: 078-786-1103