



# 10月のクリニック スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
						1 ●両親学級 中止
2	3 ●骨盤底筋群 体操 中止 ●マタニティ ヨガ 中止	4 ●すくすく外来 (14:00~)	5	6 ●母親学級 中止 ●すくすく外来 (14:00~)	7	8 ●無痛・自然分娩 説明会 (15:00~)
9	10 ●骨盤底筋群 体操 中止 ●マタニティ ヨガ 中止	11 ●すくすく外来 (14:00~)	12	13 ●すくすく外来 (14:00~)	14 ●母親学級 中止	15
16	17 ●骨盤底筋群 体操 中止 ●マタニティ ヨガ 中止	18 ●すくすく外来 (14:00~)	19	20 ●母親学級 中止 ●すくすく外来 (14:00~)	21	22
23	24 ●骨盤底筋群 体操 中止 ●マタニティ ヨガ 中止	25 ●すくすく外来 (14:00~)	26	27 ●すくすく外来 (14:00~)	28 ●母親学級 中止	29 ●父親学級 中止
30	31					

## ●骨盤底筋群体操

毎週月曜日

10:00~10:30

## ●両親学級

第1土曜日

13:00~15:00

## ●母親学級

1回目: 第1・3木曜日

2回目: 第2・4金曜日

※月によって異なる場合も  
ございます

13:00~ (集合12:45)

## ●父親学級

月末 最終土曜日

14:30~

## ●マタニティヨガ

毎週月曜日

14:00~15:00

上記の教室の他にも、、、

## ●アロマトリートメント

対象: 当院の患者様・妊娠されていない方  
実施日時: 随時

## ●リラクゼーションケア

対象: 妊娠中・産後の方  
実施日時: 随時



参加ご希望や詳細は、  
受付又はアメニティストッフまで  
お気軽にお声をおかけください。