

# 12月 教室開催日のご案内

前期母親学級	後期母親学級	妊婦安産体操 ※あわせて3回まで参加できます	おっぱい教室	ママ&ベビーピクス	赤ちゃん育児教室	痛みの相談室
金曜日 月2回開催 14:00~16:00	金曜日 月3回開催 10:00~12:00	水曜日 月3回開催 2週間前から予約	第4水曜日 14:00~15:30	第2・4水曜日 10:30~12:00	第3月曜日	月曜日(月1回)
7日	7日	マタニティヨガ 5日 10:00~12:00	特別開催 10日(月) 10:30~12:00	ママフィット 12日	すやすや抱っこ教室 (生後1ヶ月未満) 17日 10:00~12:00	17日 ①15:30~ ②16:00~
21日	21日	あんあんクラス 12日 14:00~16:00	26日(水) 14:00~15:30	ママフィット 26日	らくらく育児教室 (生後1~3ヶ月) 17日 13:00~15:00	/
/	28日	マタニティヨガ 19日 10:00~12:00	/	/	/	/

※キャンセルされる場合は、早めにご連絡ください。

※1月の予定表は12月20日頃掲示致します。