

# 1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)
11日	11日	マタニティヨガ 9日 14:00~16:00	特別開催 7日(月) 10:30~12:00	ママヨガ 9日	すやすや抱っこ教室 (生後1ヶ月未満) 22日 10:00~12:00	22日 ①15:30~ ②16:00~
25日	18日	あんあんクラス 16日 10:00~12:00	23日(水) 14:00~15:30	ママフィット 23日	らくらく育児教室 (生後1~3ヶ月) 22日 13:00~15:00	/
/	25日	特別開催 マタニティヨガ 30日 10:00~12:00	/	/	/	/

※お正月休みの間は、ご予約できません。

※キャンセルされる場合は、早めにご連絡ください。

※2月の予定表は1月20日頃掲示致します。