５月スケジュール

今月より、午前のレッスンが
10:15スタートになります！

オンライン講座予約へ ↓

・ベビーサイン　・ヨガ
・ベビーマッサージ
・個別相談
（スリング・発達・
離乳食＆足育等）

プレベビーサイン
＆ヨガもオンライン
スタートします！
（4.5ヶ月頃からおすすめ）
●5/24(月)12:30～

ベビーサイン本講座
今回は**リアル開催！**
（8ヶ月頃からおすすめ）
●ベビーサイン体験会
6/2(水)14:30
●ベビーサイン本講座

換気扇＆換気型エアコン
＆空間除菌も実施中！
手洗いうがいをされる際には、
お子様をみますので、
お気軽にスタッフへ♪
対策詳細は、HPからどうぞ

SAT 1

サロン	託児	ケア
10:30 なおみ先生 個別ケア		10:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
★12:30 骨盤マタニティヨガ		12:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
		14:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
14:30 なおみ先生 個別ケア		16:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)

SUN 2

サロン	ケア
11:00 ベビーサイン体験会 8か月頃よりどうぞ	
★14:00 マタニティ向け **トコちゃんの骨盤ケア教室①**	

MON 3

サロン	託児	ケア
	10:00～17:00 一時預かり保育	

TUE 4

5/4(火・祝日)
渡部信子先生施術会！
申し込みはHPより

WED 5

サロン	託児	ケア
	10:00～17:00 一時預かり保育	

THU 6

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ体験会**		10:30 なおみ先生 個別ケア
12:30 **おとなまき＆こどもまき**		12:30 なおみ先生 個別ケア
★14:30 マタニティ向け 母乳とベビーの準備 講座		

FRI 7

サロン	託児	ケア
★10:15 骨盤調整ヨガ（ミナ）		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★12:30 90分 パワーヨガ（託児・なし）		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 **0歳からのベビーモンテ③**		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

SAT 8

サロン	託児	ケア
10:00 **親子モンテ オレンジぐみ**		**10:00 トコちゃんベルト 個別**
★12:30 骨盤マタニティヨガ		12:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
		14:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
14:30 まるまる育児②-1 発達順序	10:00～17:00 一時預かり保育	16:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)

SUN 9

サロン	ケア
★10:30 まるまる育児 ①-1 入門編 パパもどうぞ	
	10:00～17:00 一時預かり保育

MON 10

サロン	託児	ケア
★10:15 ベビーヨガ ハイハイ		10:30 なおみ先生 個別ケア
		12:30 なおみ先生 個別ケア
12:30 保育士のベビーマッサージ③		14:30 なおみ先生 個別ケア
★15:00 オンライン・マタニティヨガ	10:00～17:00 一時預かり保育	

TUE 11

サロン	託児	ケア
10:15 イヤイヤ期からはじめるベビーサイン 2回コース ②6/8		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★13:00 骨盤調整ピラティス（託児・なし）		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★14:30 マタニティピラティス(小城)（託児・なし）	10:00～17:00 一時預かり保育	

WED 12

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ あかぐみ(は)**		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
12:30 **0歳からのベビーモンテ①**		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 なおみ先生の産後の骨盤教室①		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

THU 13

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ あおぐみ(は)**		★10:30 クラニオ
★12:30 **卒乳・断乳 相談会**		★12:45 クラニオ
★14:30 子育て教室 (4ヶ月まで) 初めてさんにおすすめ！		★14:45 クラニオ

FRI 14

サロン	託児	ケア
★10:15 骨盤調整ヨガ		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★12:30 90分 パワーヨガ（託児・なし）		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 まるまる育児②-2 発達相談フォロー		

SAT 15

サロン	託児	ケア
10:00 **親子モンテ みずいろぐみ**		**個別 まるまるケア 西脇先生** 10:00 11:00 12:00 13:00 16:30
★12:30 骨盤マタニティヨガ		
14:30 まるまる育児③ **発達フォロー**	10:00～17:00 一時預かり保育	

SUN 16

サロン	ケア
10:30 ベビーサイン ⑥	
13:00 ベビーサイン 5月コース① 8か月頃よりどうぞ	
	10:00～17:00 一時預かり保育

MON 17

サロン	託児	ケア
★10:15 スリング③ 縦抱き＆おんぶ		★10:30 アロマ まつばら
		★12:45 アロマ まつばら
★12:30 プレベビーヨガ&サイン2回コース②		★14:45 アロマ まつばら
★15:00 オンライン・マタニティヨガ	10:00～17:00 一時預かり保育	

TUE 18

サロン	託児	ケア
10:15 ★インスパダイエット(託児・なし)		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
11:45 ★インスパダイエット(託児・なし)	12:30 助産師のベビーマッサージ[1]	12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★14:30 スリングと抱っこ講座①		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

WED 19

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ ピンクぐみ**		★10:30 ★13:15 ロング アロマ マッサージ
12:45 アーユル ヴェーダ ①親編		
14:30 ★まるまる育児 ①-1		

THU 20

サロン	託児	ケア
★10:15 マタニティヨガ（託児付）	オンライン 10:30 0歳からの足育①	**個別 まるまるケア 西脇先生** 10:00 11:00 12:00 13:00 16:30
12:30 ★まるまる育児 ①-2	12:30 離乳食①	
	14:30 0歳からの足育②	
14:30 まるまる育児③ **発達フォロー**		

FRI 21

サロン	託児	ケア
★10:15 骨盤調整ヨガ（ミナ）		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★12:30 90分 パワーヨガ（託児・なし）		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 まるまる育児②-1 発達順序		

SAT 22

サロン	託児	ケア
10:30 ベビーサイン ④		**10:00 トコちゃんベルト 個別**
★12:30 骨盤マタニティヨガ(マイ)		12:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
★14:30 パパと一緒♪ スリングと抱っこ講座		14:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)
	10:00～17:00 一時預かり保育	16:00 土曜整体 (妊婦・産後託児無)

SUN 23

サロン	ケア
姿勢ケア サポーター③	
	10:00～17:00 一時預かり保育

MON 24

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ みどりぐみ**		★10:30 アロマ まつばら
★12:30 プレベビーヨガ&サイン2回コース● ●6/21 4～7か月におすすめ		★12:45 アロマ まつばら
		★14:45 アロマ まつばら
★15:00 オンライン・マタニティヨガ	10:00～17:00 一時預かり保育	

TUE 25

サロン	託児	ケア
10:30 瞑想ヨガ マタニティ・産後ママOK		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★13:00 骨盤調整ピラティス（託児・なし）	12:30 助産師のベビーマッサージ[2]	12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★14:30 マタニティピラティス(小城)（託児・なし）		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

WED 26

サロン	託児	ケア
10:15 ベビーサイン ⑤		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
12:30 ベビーサイン 4月コース②		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★14:30 スリングと抱っこ講座①		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

THU 27

サロン	託児	ケア
★10:15 ベビーヨガ ハイハイ準備		★10:30 ★13:15 ロング アロマ マッサージ
★12:30 マミ先生の離乳食 ②中期		
★14:30 0歳からの足育② ベビーとママの靴選び		15:45 なおみ先生の個別ケア

FRI 28

サロン	託児	ケア
★10:15 骨盤調整ヨガ		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★12:30 90分 パワーヨガ（託児・なし）		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 **0歳からのベビーモンテ②**		

SAT 29

サロン	託児	ケア
10:00 **親子モンテ みずいろぐみ**		10:30 なおみ先生 個別ケア
★12:30 骨盤マタニティヨガ		12:30 なおみ先生 個別ケア
14:30 まるまる育児②-2 発達相談フォロー		
	10:00～17:00 一時預かり保育	

SUN 30

サロン	ケア
10:30 ベビーサイン 増設クラス④	
★14:00 マタニティ向け **トコちゃんの骨盤ケア教室①**	
	10:00～17:00 一時預かり保育

MON 31

サロン	託児	ケア
★10:15 0歳からの足育① 転びにくい子どもになるために		★10:30 アロマ まつばら
		★12:45 アロマ まつばら
12:30 保育士のベビーマッサージ②スタート！		★14:45 アロマ まつばら
★15:00 オンライン・マタニティヨガ	10:00～17:00 一時預かり保育	

TUE 6/1

サロン	託児	ケア
10:15 ★インスパダイエット(託児・なし)		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
11:45 ★インスパダイエット(託児・なし)		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
14:30 まるまる育児②-1 発達相談フォロー		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正

WED 6/2

サロン	託児	ケア
10:15 **親子モンテ ピンクぐみ**	10:30 オンライン ベビーサイン④	
★12:30 スリング② 逆手抱き・前向き		
14:30 ベビーサイン 体験会 8か月頃～		

THU 6/3

サロン	託児	ケア
★10:15 マミ先生の離乳食 ③後期・食育		★10:30 ★13:15 ロング アロマ マッサージ
★12:30 ベビーヨガ ハイハイ準備		
14:30 足形アート (計測付) 「父の日」		15:45 なおみ先生の個別ケア

FRI 6/4

サロン	託児	ケア
★10:15 骨盤調整ヨガ（ミナ）		10:30 ★タイ・整体 骨盤矯正
★12:30 90分 パワーヨガ（託児・なし）		12:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
		14:45 ★タイ・整体 骨盤矯正
★14:30 おんぶ＆グランもっこ体験		

助産師のいるケアサロン＆スタジオ
みひかるサロン&助産院
ご予約・お問い合わせは QRコードから

【会員限定】
乳腺炎・おっぱいトラブルのご相談は、
ホームページの、助産院メールへ
お問い合わせください