

2017

2月

赤ちゃんが出来たら通いたい 「ベビーとママの講座」

やまがた
てるえさんの

「子育て学講座」

「子育てを通じて大人も育つ」
“育ち合う家族”をつくっていくための講座です。

各回 10:30~12:00 ワンドリンク付き
参加費 1回 3,000円(単発受講可)

*別途 講座のための冊子 1,000円

- 2/13(月) 「子どものらしさの育み方」
- 2/27(月) 「子どものしつけと心の整え方」
- 3/13(月) 「ストレスを減らして子育てを楽しむ」
- 3/27(月) 「子どもとの関係性の作り方」
- 4/17(月) 「子どもの個性を理解する」
- 4/24(月) 「これだけは知っておきたい子育てのポイント」

◎イベントやレッスンは変更となる場合がございますのでご了承くださいませ

詳細・お申し込みは

きれいのたね **検索**

www.kireinotane.jp



赤ちゃんが生まれたら はじめてほしい大切なこと

0ヶ月~6カ月の
ママ向け

①愛情 ②脳育て ③生活習慣 ④語りかけ ⑤マインドセット
イライラせずガミガミママになりたくないママへ
ぜひ聴いてほしい講座です!

- ◆ 池田 恭己 先生
- ◆ 参加費 3,500円
- ◆ 2月23日(木)10:30~11:40



きれいのたね

JR常磐線・新成線
「松戸」駅より徒歩6分

マタニティヨーガ ~妊婦のための骨盤ケア&出産・育児教室~

分娩しやすい身体づくりやおっぱいの出やすい骨格づくりなど
出産育児の心と体の準備をするクラスです

- ◆ 助産師 吉川元子 先生
- ◆ 体験 3,000円、参加費 3,800円/回、
10,000円/3回チケット、15,000円/5回チケット
- ◆ 2/6(月)・13(月)・20(月)・27(月)10:30~13:15

産後ヨーガ ~産後の骨盤ケア&赤ちゃんのゆがみセルフケア~

ヨーガを通して産後のゆがんだ体を整えましょう、
赤ちゃんの頭の歪みなどの悩みも解決していきます

- ◆ 助産師 吉川元子 先生
- ◆ 参加費 3,900円、10,500円/3回チケット
- ◆ 2/6(月)・13(月)・20(月)13:30~16:30
骨盤ケアクラス2/27(月)3:30~17:00

赤ちゃん・ママのための身体ケア パーソナルクラス

向き癖や、頭の形、股関節脱臼...など心配事を個別ケアで解決!
ママは妊娠・出産による骨盤のゆるみ・ゆがみを調整しましょう

- ◆ 助産師 吉川元子 先生
- ◆ 初回料 1,000円 ・ ママクラス参加費 10,000円
・ 赤ちゃんクラス参加費 8,000円、
20,000円/3回チケット、30,000円/5回チケット
- ◆ 2/2(木)・3(金)・9(木)・10(金)・12(日)・19(日)・21(火)・23(木)・28(火)

ベビーヨーガ

赤ちゃんの発達が促され、免疫力がUP、
ママもシェイプアップとリラクゼーション効果!

- ◆ 藤藤 なおみ 先生
- ◆ 参加費 1,800円
- ◆ 2/14(火)14:15~15:15

ファーストサイン 赤ちゃんとお手てで話そう♪

まだおしゃべりできない赤ちゃんとお話ししませんか?

- ◆ 大室恵里 先生
- ◆ 参加費 10,000円/4回(初回教材費 2,500円)
- ◆ 第20期 11/21(月)・12/19(月)・1/16(月)・2/20(月)
- ◆ 第21期 3/6(月)・4/10(月)・5/8(月)・6/12(月)
- ◆ 10:30~12:00

お子さま連れママのためのヨガクラス ママヨガ - mama yoga -

子育てママのお悩みベスト3【肩こり】【腰痛】【下腹のたるみ】を
ヨガで解消しませんか?

- ◆ 藤藤 なおみ 先生
- ◆ 参加費 1,500円
- ◆ 2/14(火)11:15~12:15 ・ 2/28(火)14:15~15:15

ベビグラフィアが撮影する マタニティフォト&ベビーフォト

ベビーのプロが、マタニティフォト、ニューボーンフォト(新生児)、
ベビーフォト、授乳フォトの撮影をいたします

- ◆ 大室恵里先生
- ◆ 8,000円(10カットデータ)
- ◆ 3/24(金)



まずは体験 1dayベビーマッサージ

ベ・ビ・マってどんなことなの?
育児の裏技もお伝えします

- ◆ 西谷陽子 先生
- ◆ 参加費 2,000円
- ◆ 2/24(金)13:30~15:00

ダウン症のお子さまのための赤ちゃん体操 「にこにこ教室」

発達が遅くくいな赤ちゃんの発達を促し、
お子さまの身辺自立に向けてレッスンします

- ◆ 矢野宏美 先生・西谷陽子先生
- ◆ 体験 2,000円 参加費 2,500円/回、12,000円/6回チケット
- ◆ 2/3(金)・17(金)10:00~12:00

マタニティフラ ~助産師と一緒に~

フラは骨盤底筋群の筋力アップにも役立ちます。
フラ仲間と安心して出産に向かうことができますよ!

- ◆ 水田静香 先生
- ◆ 参加費 体験2,000円 1回3,500円 4回チケット12,000円
- ◆ 2/3(金)・10(金)・17(金)10:00~11:15

産後からの子連れフラ ~産後1ヵ月から通える~

助産師のもと骨盤ケアしながらのフラダンス。
産後はきれいになれるビックチャンスです!

- ◆ 水田静香 先生
- ◆ 体験 1,000円 月謝 6,000円 4回チケット 10,000円
- ◆ 2/3(金)・10(金)・17(金)10:00~11:00

ベビースキンケア・レッスン 男の子のおちんちんケア

1才までにしたい理由がわかるおちんちんケア、
男の子ママ必見です

- ◆ 大室恵里先生
- ◆ 参加費 3,200円
- ◆ 3/28(火)10:30~12:00



音楽で育てる こどもの運動能力・集中力・リズム感 リズムでGO! GO!

音楽に合わせて、身体を動かしましょう

- ◆ 西谷陽子 先生 矢野宏美 先生
- ◆ 体験 2,000円 月謝 1,800円 1回毎 2,000円
- ◆ 2/3(金) ひよこクラス 13:10~13:50

リトピュアリトミック

楽しみながら自然に「音感」「リズム感」
「感性」「集中力」を育みます

- ◆ 前田有香 先生
- ◆ 体験 2,000円 月謝 2,000円 (初回教材費 3,500円) 単発 2,800円
- ◆ 2/24(金) ベビークラス 10:20~11:00
リトルキッズクラス 11:15~11:55