

赤ちゃん女性のケアセンター

アメリカ山徳育こども園内にて開催中！

マタニティー・ステーション

予約先:アメリカ山ガーデンアカデミー ☎080-6652-2872 または ✉maternity@gardenacademy.jp

時間/曜日	月	火	水	木	金
9:00	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 長利 恵子 個別指導 20分単位 ¥2,000 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談 注)母乳相談は40分 ¥4,000 タオル2枚をご持参ください。	マンモリラクゼーション 助産師: 月館 睦 全身をマッサージした後、 おっぱいはずして、揺らしてふわふわに！ おっぱいの形を整え大きくも小さくもします。 女性ホルモンのバランスを整え、肩こり・頭痛・ 生理痛・PMS・更年期症状の方にも！	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 鈴木 裕子 個別指導 チケット1枚で20分 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 川井 尚美 子育てで疲れているママの ハンド・フット・ショルダーのトリートメント お好みのアロマオイルを使用して癒しの ひとときを！ * 1人20分 ¥2,000	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 川井 尚美 個別指導 20分単位 ¥2,000 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談 注)母乳相談は40分 ¥4,000 タオル2枚をご持参ください。
10:00	カンガルーヨガなど 助産師: 長利 恵子 カンガルーヨガ ママと赤ちゃんのストレッチ ¥2,000/1回	マンモエクササイズ(おっぱい体操) 助産師: 月館 睦 女性ホルモンの話や、体操の必要性、 アーユルヴェダーなどの話をして体操を 行います。 マンモリラクゼーションの効果の持続も 助けます。	マタニティーヨガ 助産師: 鈴木 裕子 * ¥2,000/1回	タッチケアorハーピーカフェ 助産師: 川井 尚美 * ¥2,000/1回	骨盤体操orハーピーカフェ 助産師: 川井 尚美 * ¥2,000/1回
11:00			アフターヨガ 助産師: 鈴木 裕子	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 川井 尚美	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 川井 尚美
11:30	マタニティー・子育て・母乳相談 助産師: 長利 恵子	マンモリラクゼーション 助産師: 月館 睦			
12:00	個別指導 20分単位 ¥2,000 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談 注)母乳相談は40分 ¥4,000 タオル2枚をご持参ください。	全身をマッサージした後、 おっぱいはずして、揺らしてふわふわに！ おっぱいの形を整え大きくも小さくもします。 女性ホルモンのバランスを整え、肩こり・頭痛・ 生理痛・PMS・更年期症状の方にも！	* ¥2,000/1回	個別指導 20分単位 ¥2,000 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談 注)母乳相談は40分 ¥4,000 タオル2枚をご持参ください。	個別指導 20分単位 ¥2,000 母乳相談・ミルク育児・育児相談・ マタニティー相談 注)母乳相談は40分 ¥4,000 タオル2枚をご持参ください。

【マタニティー・ステーションの紹介】

出産準備、妊娠中の諸不安、母乳準備、トコちゃんベルトの説明、分娩についての相談。子育てについてのさまざまな疑問や育児グッズの使用方法について。

また、母乳育児での相談。

マタニティー・子育て・母乳相談... 分泌が少ない、分泌が多い、上手に吸えない、足りているか心配などや、トラブルなどの相談。 孫育てやイクメン講座など、子どもを囲む環境を快適にする事を目標にしています。

タッチケアor骨盤体操orハーピーカフェ... オリジナルブレンドのハーブティーを飲みながら、その時々テーマを決めたお話しやフード、お料理会などを通し、心休まる中にも役に立つ『ちょっと為になるお茶会』。

マンモリラクゼーション... 全身をマッサージした後、おっぱいはずして、揺らしてふわふわに！おっぱいの形を整え大きくも小さくもします。
女性ホルモンのバランスを整え、肩こり・頭痛・生理痛・PMS・更年期症状の方にも！

マンモエクササイズ(おっぱい体操)... 女性ホルモンの話や、体操の必要性、アーユルヴェダーなどの話をして体操を行います。
マンモリラクゼーションの効果の持続も助けます。

カンガルーヨーガ... ベビーと一緒に手遊びとヨーガ、育児で凝った身体をほぐしながら一週間で元気にスタートしましょう。

マタニティーヨガ... 妊娠中の毎日を楽しく快適に過ごし安産人に向けて一緒にがんばりましょう。

アフターヨガ... 産後の体の歪みを整え骨盤を支える筋肉も整えていきます。

【利用料金】 入会金なし、1回2,000円(個別相談20分) ※スタンプ10個で2,000円分の無料特典が受けられます。