



全てのお教室  
体験 OK!

ウィズママグループ

With Mom

# さあ！心と体をリフレッシュ！ 人と地域の繋がりを応援するお教室

妊娠中のマイナートラブルを  
予防・改善するヨガとストレッチ

## マタニティファン Fun

妊娠13週以降の妊婦さん  
里帰りの方も歓迎  
定員 6人

体験1回  
1,000円

第2・第4 木曜日  
13:15 ~ 14:15

場所：いのうえクリニック院内

チケット制

いのうえクリニックに  
通院の方は割引あり

8回分 16,000円 有効期限 6ヵ月  
4回分 9,000円 有効期限 4ヵ月

ストレッチで身体をほぐして妊婦さんに無理のないポーズを行い、腰痛、肩こり、足のつりなどを予防し、改善へと導きます。また、骨盤底筋群にアプローチしたポーズは産道の血行を良好にし、乳汁分泌の促進、体型改善など、産後にも好い影響が期待できます。



いのうえ  
クリニックと  
提携割引  
あり

※継続することで運動効果が出てきます。  
※20週前からの受講をおすすめします。  
※どの産院に通っている方でも受講できます。

●マタニティファン インストラクター  
栗田一子 和田敦子

ベビーマッサージと  
ママの心と体のケア

## With baby

ウィズベビー

生後1ヵ月以降の  
健康な赤ちゃん  
定員各クラス15組

体験1回  
500円

火曜日 12:30 ~ 13:45  
木曜日 10:30 ~ 11:45

月会費 6,000円

いのうえクリニックに  
通院していた方は割引あり

チケット 8回分 15,000円 有効期限  
もありません 3ヵ月



1ヵ月検診で問題のなかった親子～歩く前の赤ちゃん対象。赤ちゃんの心と身体の成長を助け、ママは肩凝り、腰痛予防と改善。産後のケアをするお教室です。

●ウィズベビー インストラクター  
和田敦子 火曜 栗田一子 木曜

歩き始めたお子さまの  
知育とママの体操

## JOY ジョイ★ チャイルド

1歳～3歳までの  
お子さま  
定員14組

体験1回  
無料

金曜日 10:30 ~ 11:30

月会費 5,000円

チケット 8回分 13,000円 有効期限  
もありません 3ヵ月

よちよち歩きの頃からダンス、模倣遊び、縄、トランポリン、ボール、親子体操を通してお友だちとの関わりや身体の動かしかたを身に付けていきます。



●ジョイチャイルド インストラクター  
嘉喜田希里子  
かきた

- ウェブサイト [withmom-baby.com](http://withmom-baby.com)
- 場 所 パーズビレッジ集会所  
川崎市宮前区宮崎2丁目
- お問合せ tel.090-4122-5459



宮崎台産婦人科  
いのうえクリニック  
と提携しています

このチラシ持参で月会費を2ヶ月間 500円割引!

