



# 2022年10月まつぼっくりスタジオ スケジュール



|       |                     |  |                          |                            |                             |                                |
|-------|---------------------|--|--------------------------|----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| 10:00 | ベビーマッサージ            | 親子ピラティス<br>(1歳ぐらいまで) 岡田  | ZOOMまつぼっくりの会<br>生後4か月まで  | 産後ポールストレッチ<br>(1歳ぐらいまで) 大塚 | おやこで音あそび<br>(1歳ぐらいまで) 高谷    | ZOOMはじめよう赤ちゃんごはん<br>(6か月ぐらいまで) |
| 14:00 | 妊娠中期<br>(お産とパースプラン) | まつのご広場<br>(1歳ぐらいまで) 大塚   | 出産直前<br>(一緒に産みましょう)      | マタニティ<br>ポールヨガ 大塚          | まつのご広場<br>(1歳ぐらいまで) 大塚      |                                |
| 10    | 11                  | 12   | 13                       | 14                         | 15                          |                                |
| 10:00 | スポーツの日              | 親子ピラティス<br>(1歳ぐらいまで) 岡田  | ZOOMまつぼっくりの会<br>生後5~8か月  | 産後ポールストレッチ<br>(1歳ぐらいまで) 大塚 | おやこで音あそび<br>(1歳ぐらいまで) 高谷    | 妊娠後期<br>(赤ちゃんとおっぱい)            |
| 14:00 |                     | マタニティ<br>ピラティス 岡田  | 出産直前<br>(一緒に産みましょう)      | マタニティ<br>ポールヨガ 大塚          | 妊娠中期<br>(お産とパースプラン)         | ZOOM松田母子クリニック<br>ご案内会          |
| 17    | 18                  | 19   | 20                       | 21                         | 22                          |                                |
| 10:00 | ベビーマッサージ            | 親子ピラティス<br>(1歳ぐらいまで) 岡田  | ZOOMまつぼっくりの会<br>生後9~12か月 | 産後ポールストレッチ<br>(1歳ぐらいまで) 大塚 | おやこで音あそび<br>(1歳ぐらいまで) 高谷    | 妊娠前期<br>(心とからだづくり)             |
| 14:00 | 経腹出産<br>(帝王切開)      | マタニティ<br>ピラティス 岡田  | 出産直前<br>(一緒に産みましょう)      | マタニティ<br>ポールヨガ 大塚          | ZOOMお母さん歯科医のお話<br>(キレイな歯並び) | パパニティクラス<br>渡辺                 |
| 24    | 25                  | 26   | 27                       | 28                         | 29                          |                                |
| 10:00 | ベビーマッサージ            | 親子ピラティス<br>(1歳ぐらいまで) 岡田  | 親子ピラティス<br>(1歳ぐらいまで) 岡田  | 産後ポールストレッチ<br>(1歳ぐらいまで) 大塚 | おやこで音あそび<br>(1歳ぐらいまで) 高谷    | 妊娠中期<br>(お産とパースプラン)            |
| 14:00 | 孫育て応援クラス            | マタニティ<br>ピラティス 岡田  | 出産直前<br>(一緒に産みましょう)      | マタニティ<br>ポールヨガ 大塚          | まつのご広場<br>(1歳ぐらいまで) 大塚      |                                |
| 31    | 1                   | 2  | 3                        | 4                          |                             |                                |
| 10:00 | ベビーマッサージ            |  <p>まつのご広場がスタジオ開催になりました。<br/>広場はお母さんが自由に話せるクラスです。</p> |                          |                            |                             |                                |
| 14:00 | 妊娠後期<br>(赤ちゃんとおっぱい) |  |                          |                            |                             |                                |

