2026 11/3 いいお産の日
助産師マルシェ　タイムテーブル

※お申込みは当日会場にて先着順にてお受けいたします　※お支払いは現金のみとさせていただきます

ピンクの枠は全て講座です　各回5組　8種類・10コマ　1時間クラスと30分クラスがあります　講座内容など、詳細は公式LINE又はInstagramをご覧ください

	1階和室	2階和室（前室）　2階和室（奥）	
10:00～11:00	抱っことおんぶの練習会①	親子のふれあい ベビーマッサージ講座	
11:00～12:00	試食付き離乳食講座	ご安産祈願！出産準備クラス	
12:00～13:00	抱っことおんぶの練習会②	ママ＆ベビヨガ講座 12:00～　12:30～　各30分×2	
13:00～14:00	負担の少ない姿勢講座	13:00～ 15:00 DVD鑑賞会 ※タイトルは見てのお楽しみ！ 無料です	13:00～ 16:00 鍼灸師（助産師）による 頭ほっこり 塩灸ケア 30分毎に実施
14:00～15:00	0才からの性教育講座		
15:00～16:00	パパ必見！産後のパパ講座		

緑色の枠は全てマンツーマンのケアです　8種類・42コマ　全て30分です
ケア内容など、詳細は公式LINE又はInstagramをご覧ください

	2階洋室（ベッド）	2階洋室（布団）	2階洋室（下）
10:00～11:00	ベビーケア 10:00～　10:30～各30分	助産師による産前産後整体 10:00～10:30～　各30分	10:00～ 16:00まで 30分毎 よもぎ蒸し
11:00～12:00	骨盤健診　11:00～　30分×2名 11:30～　30分×2名		
12:00～13:00	三井温熱療法 12:00～　12:30～　各30分	ヘッドマッサージ 12:00～　12:30～　各30分	
13:00～14:00	助産師による産前産後整体 13:00～　13:30～　各30分	ベビーケア 13:00～　13:30～　各30分	
14:00～15:00	三井温熱療法 14:00～　14:30～　各30分	耳つぼジュエリー 14:00～　14:30～　各30分	
15:00～16:00	骨盤健診　15:00～　30分×2名 15:30～　30分×2名		

各講座・ケア共に、ご利用人数に限りがございますことをご了承ください
その他、1階のフリースペースで「いいお産の日メッセージ」企画、
ハーブティー試飲コーナーや、おにぎり販売、スタンプラリーも
やっています　ご希望の方には個別相談も♥