

サン・クリニック アイナリーホール行事予定

お問い合わせ先：ポーンネット
月～金(10:00～17:00)
Tel:086-275-9501
Fax:086-275-9502

母親学級 ※予約不要 ※第3回、第4回はお子様連れはご遠慮下さい。

日時:毎週火曜 13:30～15:00
※託児は8名まで出来ます。ご予約下さい。予約TEL.086-275-9501
第1回 不思議! ママのおっぱい ーすばらしいスタートのためにー
小児科医 中山医師/助産婦 中田
第2回 妊娠中のおは(歯)なし 松尾歯科院長 松尾先生
楽しい妊娠中の過ごし方 助産婦 中田
第3回 おいで 子どもたち!! (サン・クリニックのちシリーズ) リーダー 小林、山縣
第4回 母と子にやさしいお産 (イメージトレーニングとお産の実際) 助産婦 安井
第5回 親と子の絆 院長 山縣
入院の時期と入院生活について 助産婦
第6回 のびのびヨーガ 講師 櫻井先生
もうすぐ母になるあなたへ ー育児についてー 保健婦 鶴川
特別編 いのちにやさしい食物 講師 小山先生

マタニティヨーガ ※要予約 ヨーガで楽しいマタニティライフを!

日時:毎週木曜日 10:15～11:30
講師:櫻井佳子先生
会費:700円(1回)
申込:サン・クリニック受付
(お電話の場合は、月・火・水・金 14:00～15:00)
※母親学級が、マタニティヨーガの週は、ありませんのでご確認ください。



外来託児&母親学級託児 無料 ※母親学級託児のみ ※要予約

日時:毎週火曜日 9:00～15:00
場所:アイナリーホール 託児室
※外来&母親学級の方。初めての方はお問い合わせ下さい。

お楽しみ託児 ※要予約 子育て中のお母さまを応援します!

日時:毎週火曜日 9:00～12:00
場所:アイナリーホール 託児室
対象:サン・クリニックの患者さまのお子さま(4才未満)
費用:1時間700円 ※必ずお電話にてご予約下さい。

気功&太極拳を楽しむ会 ※予約不要

私達の体は、小宇宙と言われます。肉体という小宇宙に「気」をめぐらせることは、日常を楽しむ健康につながります。体に優しい動作で、中国古来からの健康法「気功」と「太極拳」を修得しませんか?
(気功)日時:毎月第3木曜日 13:00～14:30
(太極拳)日時:毎月第1木曜日 16:00～17:30
講師:目黒やすし先生
受講料:2,000円/回 ※初回、体験無料



健康ヨーガ いつまでも健康で若々しく! ※要予約

日時:毎週火曜日 19:15～21:00
講師:近井俊雄先生 ※初回、体験無料
申込・お問い合わせ先:TEL.0877-24-4727

育児サロン 無料 ※予約不要

子育てでちょっぴり不安を持った時、1人ではかかえこまないでお出かけ下さい。楽しい子育てを応援します。
日時:毎月第1木曜日 13:00～15:00
サン・クリニック保健婦&スタッフ
※対象は1才までの赤ちゃんとお母様です。



文明法則史学勉強会 ※予約不要

2002年林英臣 連続セミナー この国は、どこへ行くのか?
ー近・現代史の研究ー
日時:毎月第3土曜日 18:30～21:00
講師:松下政経塾一期生 林英臣先生
会費:3,000円(但し初回無料)
※毎月1回集まる方々は異業種の方ばかり仕事や人間関係、経営に役立つお話です。



平川洋児先生の勉強室 ※要予約

●絵本セミナー (読み方、選び方、遊び方を体験しながら学びましょう。)
日時:1月14日(火)、21日(火)、28日(火) 10:00～12:00
会費:4,500円(週1回×3) ※託児先着3名
●親業訓練講座(年2回 春&秋)
春期講座:5月9日(金)スタート予定 9:30～12:30
会費:44,100円(週1回×8)
●絵本フォロー
日時:1月17日(金)、2月14日(金)、3月14日(金)、4月25日
●親業フォロー
日時:1月24日(金)、2月21日(金)、3月28日(金)、4月11日(金)
●不登校フォロー
日時:1月10日(金)、2月7日(金)、3月7日(金)、4月4日(金)
※フォローセミナーは10:00～12:00、会費は1,500円
●子育てあいセミナー(年3回予定) NEW
平川先生の講座の紹介セミナーです。お気軽にご参加下さい。
日時:4月18日(金) 会費は1,000円



父親学級 ※要予約

日時:毎月第1日曜日 13:30～15:00 同伴分娩をご希望の方は必ずお受け下さい。
参加費:500円(おぎやあ献金へ)
要予約:サン・クリニック(月・火・水・金) 14:00～15:00
※内容の日程はサン・クリニック受付にスケジュール表を2ヶ月分置いております。
第1回 ヒトがひとになるために(親子の絆と父親の役割) 院長 山縣
第2回 あかちゃんのこころとからだ(子育ての楽しみ方) 院長 山縣
第3回 安らぎ出産への道(出産に加わる夫の準備) 院長 山縣、山下
第4回 親も子どもも同級生(家族の人間関係) 平川洋児先生

エンジョイ育児サークル 出産後5ヶ月目の方にハガキをお送りします。

日時:毎月第2木曜日 13:30～15:30
参加費:700円
講師:サン・クリニック保健婦、助産婦&スタッフ
※予約制にて託児をしております。



孫育てセミナー 無料 ※要予約

Part I 日時:3月15日(土) 13:30～15:30 子育てに関心のある方へ
・妊婦と産後のお母さんの心とからだ/院長 山縣
・生まれたヒトを人にするための母乳とおばあちゃんの関わり方/安井助産婦
・たのしい沐浴/宮本助産婦
Part II 日時:4月19日(土) 13:30～15:30
・子育ての基本/院長 山縣
・子どもの病気と事故の対処法/中山医師
・今どきの孫育て/鶴川保健婦



ラ・レーチェリーグ岡山 無料 ※予約不要

日時:1月30日(木)13:30～15:00
テーマ「母乳育児のコツとトラブル」
2月27日(木)13:30～15:00
テーマ「栄養と乳離れ
～愛情を持って少しずつ～」



母乳で育てたいお母さん達の集い!!
赤ちゃんや幼児も一緒にどうぞ!
妊婦さんや育児の先輩ママも大歓迎!

自然食料理教室 ※要予約 ーおなかの赤ちゃんにやさしいー

日時:毎月第1火曜日 10:00～13:00
講師:小山月枝先生
会費:1,500円



プランター菜園 春期講座 ※要予約 ーいのちが喜ぶ野菜づくりー

日時:3月1日(土)、15日(土)、4月5日(土)、19日(土)
5月10日(土)、24日(土) 10:00～12:00
講師:安田正勝先生
会費:3,500円(全6回)※部分参加も歓迎(700円/1回)

にこにこフリーマーケット「21世紀は活かし合う時代」

予定日時:3月予定
※雨天中止 お車でのご来場はご遠慮下さい!
※出店者はサン・クリニックで出産された方に限らせて頂いています。

速読教室 ※要予約 科学的な方法により速読脳をつくる

日時:毎月第2金(夜)・土・日
1月10・11・12日/2月7・8・9日/3月7・8・9日/
4月11・12・13日/5月9・10・11日/6月13・14・15日
講師:佐々木豊文先生 ホームページ
お問い合わせ先:TEL.03-5467-5381 <http://www.sokudoku.co.jp>

スペース・ガイアシンフォニー 呼吸法を中心に初心者もやさしく学べる!

龍村修のホリスティックヘルス2ヒーリング
コンサルタント養成講座 ※要予約 初心者の方も歓迎
(ホリスティックヘルス講義、ヨガ、呼吸法、気功、整体、瞑想)
全10回 部分参加OK!
日時:2月16日(日)、3月16日(日)、4月20日(日)
9:45～12:15
お問い合わせ先:近藤須美子 TEL.FAX.086-942-2400

すこやか人生講座 無料 地域の健康セミナー ※要予約

講師:岡山済生会総合病院外科診療部長兼ホスピス長 木村秀幸先生
演題:「その人らしい死にかた ーホスピスで出会った人々からの学びー」
ユーモアあふれる木村先生のお話は自分らしく人生をおくるコツが
ちりばめられています。
日時:2月15日(土) 13:30～15:00

今年もサン・クリニックファミリーの皆さまと通信を通して共に過ごせることができ、豊かな一年となりました。心よりお礼申し上げます。今回は、皆さまにアンケートをお願いしておりますので、ご協力よろしくお願致します。良いお年をお迎えください。
山下クلمي

