

4月スケジュール (3/30改訂版)

今月のおすすめのボディケア♪

アロマリンバマッサージ枠で、ディープリラククスアロマ3回コース！
 ロングアロママッサージ120分で、ロングアロマフェイシャルも好評ですよ！
 冬の乾燥した肌へたっぷりオイルマッサージ♪体も心もリフレッシュしましょう！
 初回体験キャンペーン実施中です！
 整体・タイ古式マッサージ・アロマリンバマッサージ(ロングも含む)・クラニオ・鍼灸60分。
 施術が初めての方は、体験価格でお試しい頂きます！ まずは体験してみてくださいね。
 1回10,000円で受けられる、マッサージチケット3回券も販売中！！



baby signs ベビーサイン育児教室

体験会：4/2(月)13:00-

本講座(6回コース)
 ・4月クラス①スタート
 25日 14:30~



まるまるNew Bornフォト 10日



1~3ヶ月ベビーとママの
 プライベート撮影！
 まんまるな姿や、ママとの
 2ショット撮影等、50
 コット以上！データはご
 自宅へ発送します。

勇気づけ子育て・アドラー心理学講座

ワークショップ形式で
 ご自身や家族とのことを
 ワークショップ形式で体験
 しながら学びます。順不同
 にて単発受講可能！



- ①赤ちゃん編 6日(金)
- ②パートナー編 19日(金)
- ③自分編 5月18日(金)

MON 2			TUE 3			WED 4			THU 5			FRI 6			SAT 7			SUN 8	
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	
10:30 音響ベビーヨガ ハイハイクラス	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 保育士さんの ベビーマッサージ①	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 マナーティヨガ (託児付)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 マナーティヨガ (託児付)	10:30 クラニオ	10:30 クラニオ	10:30 クラニオ	10:15 音響調整ヨガ (ミナ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)	10:30 ベビーサイン 2月コース③	10:00 土曜の整体 (託児なし)
13:00 ベビーサイン 体験会 6ヶ月~どうぞ♪	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:15 保育士ママ先生の 離乳食講座	11:30 インスパイリング ダイエット①	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 インスパイリング ダイエット①	12:30 アロマトータル ケアマッサージ <レッスン②>	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 アロマトータル ケアマッサージ <レッスン②>	14:30 インスパイリング ダイエット②	14:30 インスパイリング ダイエット②	14:30 インスパイリング ダイエット②	12:00 ベリダグダンス 基礎入門	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 マナーティヨガ (short)	12:00 土曜の整体 (託児なし)	12:30 マナーティヨガ (short)	12:00 土曜の整体 (託児なし)
15:00 出産準備マナー ティヨガ(ミナ)	14:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	15:10 ピラティス (ミナ)	13:00 インスパイリング ダイエット①	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	15:10 ピラティス (ミナ)	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	15:20 ピルピスワーク マナーティクラス	15:20 ピルピスワーク マナーティクラス	15:10 向きせ外来	13:30 パワ Yoga (別室託児)	15:00 整体・タイ 骨盤矯正	15:00 アロマ・ スリムアップ リラククス	15:00 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 【Vビと一緒】 まるまる抱っこ とスリング講座	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 【Vビと一緒】 まるまる抱っこ とスリング講座	14:00 土曜の整体 (託児なし)
9			10			11			12			13			14			15	
10:30 ベビーサイン 3月コース②	11:30 プライベート ピラティス satori	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 音響調整ヨガ (トランプソ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 11月コース⑥	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 11月コース⑥	10:30 マナーティヨガ (託児付)	10:30 クラニオ	10:30 クラニオ	10:15 音響調整ヨガ (ミナ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)
13:00 Ma+Byピラティス satori	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:15 0歳からの足音① (転びにくい子ど もになるために)	13:00 音響調整 ピラティス②	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:15 キティ先生と 助産師先生 ベビー マッサージ ①	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	13:15 ロングアロマ マッサージ (120分)	14:30 クラニオ	14:30 クラニオ	12:00 ベリダグダンス 基礎入門	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 【Vビと一緒】 青龍ベビーヨガ	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 【Vビと一緒】 1day ベビー マッサージ	13:15 ロングアロマ マッサージ (120分)
15:00 出産準備マナー ティヨガ(ミナ)	14:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	15:10 ピラティス (ミナ)	14:30 みひかる welcome イベント♪	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 鍼灸	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 プレベビーヨガ &サイン②	14:30 クラニオ	14:30 クラニオ	14:15 離乳食後期 からの食育講座	13:30 パワ Yoga (別室託児)	15:10 マナーティ向き 逆子外来	15:00 整体・タイ 骨盤矯正	15:00 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)
16			17			18			19			20			21			22	
10:30 ママの カメラ教室① スマホOK!	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 おそろい リボンワーク	10:10 音響調整ヨガ アドバンス②	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 12月コース⑤	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 12月コース⑤	10:30 マナーティヨガ (託児付)	10:30 クラニオ	10:30 クラニオ	10:15 音響調整ヨガ (ミナ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)
12:30 スリング講座 講習会	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:15 ジュシユ&バック等 も進べます!	11:30 インスパイリング ダイエット②	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 音響ケア教室② <安産編> (マナーティ向け)	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 音響ケア教室② <安産編> (マナーティ向け)	12:30 アロマトータル ケアマッサージ <レッスン③>	12:30 インスパイリング ダイエット③	12:30 インスパイリング ダイエット③	12:00 ベリダグダンス 基礎入門	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 【Vビと一緒】 まるまる育児 入門編	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 【Vビと一緒】 まるまる育児 入門編	14:00 土曜の整体 (託児なし)
15:00 出産準備マナー ティヨガ(ミナ)	14:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	15:10 ピラティス (ミナ)	13:00 インスパイリング ダイエット②	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	15:10 ピラティス (ミナ)	14:30 音響ケア教室② <安産編> (マナーティ向け)	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 音響ケア教室② <安産編> (マナーティ向け)	15:20 ピルピスワーク 産後マッサージ	15:20 ピルピスワーク 産後マッサージ	15:10 向きせ外来	13:30 パワ Yoga (別室託児)	15:10 向きせ外来	15:00 整体・タイ 骨盤矯正	15:00 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)
23			24			25			26			27			28			29	
10:30 音響ベビーヨガ ハイハイクラス	12:30 保育士さん の ベビーマッサージ①	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 音響調整ヨガ (トランプソ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 1月コース④	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 ベビーサイン 1月コース④	10:30 マナーティヨガ (託児付)	10:30 クラニオ	10:30 クラニオ	10:15 音響調整ヨガ (ミナ)	10:30 整体・タイ 骨盤矯正	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)	10:30 ベビーサイン 増設コース④	10:00 土曜の整体 (託児なし)
13:00 Ma+Byピラティス kyono	14:15 0歳からの 足音② (パパとママ の靴音の)	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	13:00 音響調整 ピラティス③	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:15 キティ先生と 助産師先生 ベビー マッサージ ②	14:30 プレベビーサイン 4月コース① スタート!	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 プレベビーサイン 4月コース① スタート!	12:30 アロマトータル ケアマッサージ <レッスン④>	12:30 インスパイリング ダイエット④	12:30 インスパイリング ダイエット④	12:00 ベリダグダンス 基礎入門	12:30 整体・タイ 骨盤矯正	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	12:30 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 【Vビと一緒】 まるまる育児 入門編	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 【Vビと一緒】 まるまる育児 入門編	14:00 土曜の整体 (託児なし)
15:00 出産準備マナー ティヨガ(ミナ)	14:15 0歳からの 足音② (パパとママ の靴音の)	15:10 ピラティス (ミナ)	14:30 まるまる抱っこ とスリング講座	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 鍼灸	14:30 プレベビーサイン 4月コース① スタート!	14:30 整体・タイ 骨盤矯正	14:30 プレベビーサイン 4月コース① スタート!	14:30 クラニオ	14:30 クラニオ	13:15 オーガニック フェイシャル (120分)	13:30 パワ Yoga (別室託児)	15:10 マナーティ向き 逆子外来	15:00 整体・タイ 骨盤矯正	15:00 アロマ・ スリムアップ リラククス	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)	14:30 おとまきまき とこまき体験会	14:00 土曜の整体 (託児なし)

QRコードで
LINE登録もスムーズ♪
登録特典として、
次月スケジュールを
少し早めにお届け♪

みひかるでは
トコちゃんのまるまる育児を
おすすめしています。
妊婦さんは
骨盤ケアで、
まるまるお腹を
めざましちゃう♪

パーティプランナー
ベビーのネームガーランド作り♪ 26日

ベビーの誕生日や記念日にも飾れる
ネームガーランドを作ります！
最後にかわいい背景でパチリ♪
スマホやカメラをお持ちください♪

5月 講座予定

- 上旬予定 マナーティフィット&レッスン
- スマホdeフォトジェニック
- おひるねアート

助産師のいるケアサロン&スタジオ
Ma+By's みひかるサロン&助産院
 TEL: 03-5731-0098
 mail: info@mihikaru.com
 HP:[みひかるサロン]で検索!
 (会員登録向け)
 乳腺炎・おっぱいトラブル・断乳のご相談は
 mail:mihikarunaomi@docomo.ne.jp