

5月スケジュール

マタニティ&産後ママ向けキャンペーン実施中!
初めて受けるボディケアの初回体験3000円OFF!

アロマリンパマッサージ・クラニオ・ロングアロママッサージ・整体・タイ古式マッサージ
を初めて受ける時、初回体験価格9000円でお受け頂けます!
ロングアロマ11,000円・産後の鍼灸、7,000円の初回体験も実施中♪
通常12,000円が、託児代込で10,000円でお受けられる、3回券マッサージチケットも好評発売中

授乳フォト&
ベビー撮影会
5/29(水)



ニューボーンフォト
&マタニティフォト



5/20(月)

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!

【会員様向け】

乳腺炎・おっぱいトラブル・断乳のご相談は
mail:mihikarunaomi@docomo.ne.jp

MON			TUE			WED 1			THU 2			FRI 3			SAT 4			SUN
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	

みひかるサロンのまるまる育児

妊婦さんは、"骨盤ケア"で
まるまるお腹を目指しましょう!
ママ&ベビーは、"まるまる育児"へどうぞ!

- ・まるまる育児 ①入門・おいつけ発達フォロー
- ②実践・個別
- ③発達フォロー
- ・スリング講座Etc.

月齢ごとに発達していく様子をわかりやすく解説! 好評発売中(2,000円)

リニューアル! 写真整理講座~アルバム体験クラス~

マタニティさん・みひかる初心者ママ・育児ママにおススメ!
スマホに撮り溜めたままの写真ありませんか?
写真整理講座では、簡単に可愛く、大量の写真を1冊のアルバムにすることができます
ママのコメントを添えて、世界に1つだけのアルバム1冊完成するまでお手伝いします。

5月9日(木) 14:30
6月13日(木) 14:30
日曜日開催しています!
5月26日(日) 10:30

ベビーサイン育児教室

5/8(水)・プレベビィヨガ&サイン 5~7ヶ月
ベビーの心と体を整えるプログラム。
よい親子関係を築くと、ベビーサインの進みも良好です。

5/11(土) or 5/27(月)・本講座(6回コース) 8ヶ月・9ヶ月~
おしゃべり前の赤ちゃんと楽しくコミュニケーション!
早くて10ヶ月ごろよりサインが上手になります。

6			7			8			9			10			11			12	
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	
★印は…世田谷区こそだて利用券OK! ★印レッスン&ボディケアでご利用頂けます マタニティレッスンも、産後ママ向けレッスンもボディケアにもご利用可能です! 詳細は、みひかるサロンHPで検索♪																			
			10:10 サイン アドバンス④			10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	★10:30 ロング アロマ マッサージ	10:30 スリング講座と まるまる抱っこ		★10:30 マタニティヨガ (託児付)	10:30 モンテッソーリ 教室 あおぐみ		10:30 定形フォト 母の日 (計画付)	★10:15 骨盤調整ヨガ (ミナ)	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	※10:30 ★アロマor 3回コース	10:30 まるまる育児① 入門編	10:30 ベビーサイン 5ヶ月コース スタート①	
			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	13:00 まるまる育児② 実践・個別 フォロー		14:30 プレベビィヨガ &サイン 2回コース① (26/12)	★13:15 ロング アロマ マッサージ	※14:30 整体・★タイ 骨盤矯正	14:30 写真整理講座 アルバム体験クラス 初めてマタニティ OK!	12:30 モンテッソーリ 教室 体験会	★13:30 パワーヨガ (別室託児・同室)	※12:30 整体・★タイ 骨盤矯正	※12:30 ★アロマor 3回コース	マタニティ ~2.3ヶ月迄	★12:30 マタニティヨガ (ミナ)	
			13:00 インスパイリング ダイエット③		鍼灸	※14:00 整体・★タイ 骨盤矯正												★14:30 パワーヨガ スリング講座	14:00 マタニティ 整体(託児)
			★15:10 ピラティス (オキ)																

13			14			15			16			17			18			19
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F
★10:30 ベビィヨガ ハイハイクラス	★12:30 ママ先生の 離乳食講座	10:00 まるまる 個別ケア	★10:30 骨盤調整ヨガ 初級	10:30 子宮 セラピー	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	★10:30 ホリエワーク	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	10:15 写真整理講座 アルバム体験 クラス	★10:30 マタニティヨガ (託児付)	★10:30 ロング アロマ マッサージ	10:30 クラニオ	10:30 親子で リボンワーク バックメニュー ジュモOK!	★10:15 骨盤調整ヨガ (ミナ)	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	★10:30 ★アロマor 3回コース	10:30 一級シフ カメラ 連続講座②	10:15 おとなまき 講習会	10:00 マタニティ 整体(託児)
12:30 まるまる育児③ 発達フォロー	★14:30 卒乳&断乳 相談会	★14:30 まるまる 個別ケア	★13:00 骨盤調整 ピラティス	12:30 子宮 セラピー	※12:30 整体・★タイ 骨盤矯正	12:15 キティ先生 &助産師 ベビーマッ サージュ①	★14:30 プレベビィヨガ &サイン 2回コース②	14:00 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④	★13:15 ロング アロマ マッサージ	12:30 クラニオ	14:30 まるまる育児④ 入門編	★13:30 パワーヨガ (別室託児・同室)	※12:30 整体・★タイ 骨盤矯正	※12:30 ★アロマor 3回コース		★12:30 マタニティヨガ (ミナ)	14:00 マタニティ 整体(託児)
★15:00 出産準備マタニ ティヨガ(ミナ)		15:30 まるまる 個別ケア					14:30 スリング講座と まるまる抱っこ		★15:20 ビルビス(骨盤) ワーク・マタニティ				★15:10 フラダンス &ストレッチ	※15:00 整体・★タイ 骨盤矯正	※15:00 ★アロマor 3回コース		14:30 まるまる育児⑤ 発達フォロー	★13:15 ロング アロマ マッサージ

20			21			22			23			24			25			26
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F
10:30 スリング復習 前向き・縦抱き	11:30 フライベート ピラティス kyono	★10:30 ★アロマor 3回コース	10:30~ まるまる ニューボーン フォト	★10:30 骨盤調整 ピラティス	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	10:30 ベビィサイン 3月コース③	★10:30 ロング アロマ マッサージ	★12:40 Ma+Byヨガ 初めてさんどうぞ♪	★10:30 マタニティヨガ (託児付)	10:30 モンテッソーリ 教室 きりくみくみ		12:30 産育士&助産師 ベビーマッ サージュ② (お母み先生)	★10:15 骨盤調整ヨガ (ミナ)	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	★10:30 ★アロマor 3回コース	10:30 一級シフ カメラ 連続講座③	★12:30 マタニティ ヨガ	10:00 マタニティ 整体(託児)
★13:00 Ma+Byピラティス kyono		★12:30 ★アロマor 3回コース					★13:15 ロング アロマ マッサージ	★14:30 マタニティ フォト 6ヶ月からどうぞ!					★12:00 パワーヨガ 連続入門	※12:30 整体・★タイ 骨盤矯正	※12:30 ★アロマor 3回コース		★12:30 マタニティ ヨガ	12:00 マタニティ 整体(託児)
★15:00 出産準備マタニ ティヨガ(ミナ)		★14:30 ★アロマor 3回コース	13:30~ マタニティ フォト (ご予約は5/13迄)	★15:10 ピラティス (オキ)	※14:30 整体・★タイ 骨盤矯正								★13:30 パワーヨガ (別室託児・同室)	※15:00 整体・★タイ 骨盤矯正	※15:00 ★アロマor 3回コース		★14:30 マタニティ ヨガ	14:00 マタニティ 整体(託児)

27			28			29			30			31			6/1			2
2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F	3F	4F	2F
10:30 ベビィサイン 5ヶ月コース スタート① (mieko)	★13:00 母子の アユル ウェーダー 「子編」	★10:30 ★アロマor 3回コース	★10:30 骨盤調整 ピラティス	10:30 子宮 セラピー	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	10:30 ベビィサイン 4月コース②	★10:30 ロング アロマ マッサージ	★12:40 Ma+Byヨガ 初めてさんどうぞ♪	★10:30 マタニティヨガ (託児付)	★10:30 アドラー心理学 養気づけ子育て ②ハートワーク編	10:30~ 授乳フォト& ベビー撮影会	12:30 クラニオ	★10:15 骨盤調整ヨガ (ミナ)	※10:30 整体・★タイ 骨盤矯正	★10:30 ★アロマor 3回コース	★10:30 マタニティ ヨガ	10:30 ベビィサイン 6ヶ月コース④ (mieko)	10:00 マタニティ 整体(託児)
★12:30 ベビィヨガ ハイハイクラス		★14:30 ★アロマor 3回コース					★13:15 ロング アロマ マッサージ	14:30 産後骨盤ケア				14:30 クラニオ	★12:00 パワーヨガ 連続入門	※12:30 整体・★タイ 骨盤矯正	※12:30 ★アロマor 3回コース		★12:30 マタニティ ヨガ	12:00 マタニティ 整体(託児)
★15:00 出産準備マタニ ティヨガ(ミナ)													★13:30 パワーヨガ (別室託児・同室)	※15:00 整体・★タイ 骨盤矯正	※15:00 ★アロマor 3回コース		★14:30 マタニティ ヨガ	14:00 マタニティ 整体(託児)