

妊娠中の不安やストレスの解消はもちろん、  
出産後のママの心身のケアや育児にどうぞお役立てください。

マタニティメニュー

ママレッスン

前期 母親教室 妊娠8～15週

毎月第2水曜日 13:30～15:30  
身体の変化や食生活、妊娠初期の注意点 など

中期 母親教室 妊娠20週以降

毎月第4水曜日 13:30～15:30  
母乳育児のために知っておきたいこと など

後期 母親教室 妊娠28～35週

毎月第1・3水曜日 13:30～15:30  
お産・入院に向けての準備について など



※当院で初めてお産される方は、後期母親教室の受講が必須です。どうしても参加できない場合は、スタッフまでご連絡ください。

エクササイズ

美骨トレーニング 毎週水曜日 10:00～11:00

ヨガのポーズに動きを加えた「自己整体」と「体幹トレーニング」を融合させたエクササイズです。リンパや血液の循環を良くし、体内の老廃物の排出を促します。  
※妊娠16週以降、医師の許可が必要です。



ボディメンテナンス

オイルトリートメント ご予約に合わせて

体のコリをほぐし、むくみや肩こり、腰痛の緩和を促します。美骨トレーニングと一緒に受けていただくとより効果的です。  
※妊娠16週以降、医師の許可が必要です。



ボディケア/骨格調整 他 ご予約に合わせて

骨格調整を行うことで、妊娠中にたまった体の疲れやコリを緩和させます。肩、腰、脚など、辛い部分を集中ケアすることも可能です。  
※妊娠16週以降、医師の許可が必要です。

産後メニュー

ママレッスン

離乳食教室 月2回 火曜日か木曜日 10:00～12:00

生後5か月～1歳半までのお子様をお持ちの方が対象です。栄養士の指導のもと実際に料理をしていただきます。  
※対象のお子様おひとりまで託児無料です。



エクササイズ

ベビーピクス 毎週金曜日  
産後7か月～1年頃 11:00～11:45  
産後1か月～7か月 13:00～13:45

お母さんの愛情のこもったマッサージやエクササイズは、赤ちゃんの運動機能や五感の発達を促すだけでなく、情緒の安定にも効果的です。  
※1か月検診以降、医師の許可が必要です。



アフターピクス 毎週金曜日  
産後7か月～1年頃 12:00～12:45  
産後1か月～7か月 14:00～14:45

妊娠中の骨盤や姿勢のゆがみを矯正し、産後に低下した機能や体力の回復に効果的。また、母乳の分泌促進も期待できます。  
※1か月検診以降、医師の許可が必要です。※希望者多数の場合は、お時間を変更させていただく場合がございます。



ボディメンテナンス

ボディケア/骨盤調整 他 ご予約に合わせて

身体の歪み、肩こり、腰痛、むくみ、冷え性…などの不調やコリをほぐします。産後に歪んだ骨盤を調整する「骨盤調整」は特に人気のメニューです。  
※1か月検診以降、医師の許可が必要です。※生後6か月までのお子様おひとりまで託児無料です。



その他にも、季節に合わせた様々なイベントを開催しております

お正月、ひなまつり、子どもの日、ハロウィン、クリスマス…などの各種イベントや、野菜ソムリエによる「お野菜教室」など、リースでは楽しい催し物がいっぱい！

※開催予定などは、ウエエ産婦人科ホームページ(女性のためのケア施設 LEAVES欄)に掲載しております。



## 料金表

### マタニティメニュー

	当院をご利用の方	一般の方
母親教室	無料	
美骨トレーニング	1,000円	1,400円
ボディケア/骨格調整 他	60分/ 6,480円～	60分/ 7,560円～

### 産後メニュー

	当院をご利用の方	一般の方
離乳食教室	2,000円	2,800円
① ベビーピクス	1,000円	1,400円
② アフターピクス	1,000円	1,400円
上記①②セットの場合	1,800円	2,500円
ボディケア/骨盤調整 他	60分/6,480円～	60分/7,560円～

**有料託児について** 各メニューにお子様連れでご参加の場合は、有料で託児を承っております。

	当院をご利用の方	一般の方
1メニュー、 お子様おひとりにつき	1,000円	1,000円

※お子様おひとりの託児サービスが含まれているメニューもございます。

### お申し込み方法

各種受付:月～金 9時～17時(祝日は除く)

お申し込み、ご予約は、**リーブス(06-6582-3511)**までお電話ください。  
ただし、母親教室については**ウエナエ産婦人科予約システム**からお申し込み  
いただくか**ウエナエ産婦人科(06-6581-5382)**へお電話ください。  
キャンセルされる場合は、他のお客様にご配慮いただき、なるべく早め  
にご連絡くださいますようお願いいたします。

医療法人 福仁会

# LEAVES

リーブス



駐車場のご用意はございません。公共交通機関をご利用いただけますようお願いいたします。

〒550-0025 大阪市西区九条南2-30-13  
TEL 06-6582-3511 FAX 06-6581-5387  
mail info@leaves.jp.net