

～産後ママのBODYケア～

# 骨盤メンテエクササイズ With ベビー

日程：9月15日（火）

時間：10：30～11：45

産後ママが健やかに子育てできるように心身両面からサポートします。



#新型コロナウイルス感染症の影響で、中止になる場合があります。

産後ケアのプロフェッショナルでもある助産師の先生が講師となり、骨盤メンテナンスを中心としたエクササイズや育児のお悩み相談を実施。



場 所 2階 和室1・2

講 師 増田 百合子さん（大阪府助産師会 吹田班 班長）

サポート：ママGOGOスタッフ（保育士など）

傾聴ボランティア「ほほえみ」子育て支援チーム

参加費 無料（バスタオル持参願います）

対 象 産後1～7か月くらいまでのママと赤ちゃん

定 員 10組程度（多数抽選）

申込み 往復はがきに講座名・住所・名前・電話番号・お子様のお名前月齢をご記入の上、協議会事務局へお申込みください。

**9月5日(土)必着**

お申込み時の個人情報は、協議会事業以外に使用することはありません。  
※来場者用の駐車場はありません。



主催：吹田市亥の子谷コミュニティ協議会

〒565-0824 吹田市山田西1-26-20

（吹田市立亥の子谷コミュニティセンター内）

TEL06-6878-3155