

～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25日(土)

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。

産後ケアのプロフェッショナルでもある助産師が講師となり、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)

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 9月1日(水)より電話もしくは窓口まで

※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。

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