

北山田小学校コミュニティハウス自主事業

産後ママと赤ちゃんのヨガ

産後ママの体の引締めとともに赤ちゃんとの
スキンシップのひと時を持ちませんか？



日時：5/13, 5/27, 6/10, 6/24, 7/8（水曜日）全5回

① 10:00～10:45 ② 11:00～11:45

① 3か月～9か月の赤ちゃん和妈妈

② 10ヶ月～1歳6か月位の赤ちゃん和妈妈

参加費：1,500円（全回分）

持ち物：バスタオル・おむつの替え・飲み物など

募集人数：① 10組、② 8組

講師：亀井 尚子 先生

募集方法：4月13日（月）より申込み受付

電話又は窓口で**先着順**



北山田小学校コミュニティハウス（TEL 045-591-8444）

（〒224-0021 都筑区北山田 5-14-1）



（個人情報取扱いに関する同意書：いただいた個人情報は本事業運営の
目的以外には使用しません。同意の上お申込みください。）

