



令和3年度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：1/12, 26, 2/9, 16, 3/9 (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：2,500円 (全5回分)

持ち物：バスタオル・おむつの替え・飲み物・上履き

募集人数：① 8組 ② 8組

講師：木原 瞳 先生

募集方法：12月12日(日)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。)

