

産後ママと赤ちゃんヨガ

● 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♪

日時： 令和6年1月10日、24日 2月14日、28日
3月13日（各水曜日）

- ① 10:00～10:45 3ヶ月～9ヶ月の赤ちゃん和妈妈
- ② 11:00～11:45 10ヶ月～未就園児和妈妈

場所： 北山田小学校コミュニティハウス 和室

参加費： 2500円（全5回分）

募集人数： ①10組 ②10組

持ち物： 上履き、飲み物、タオル

講師： 木原 瞳 先生



12月10日(日)よりお電話または来館にて受付
TEL 045-591-8444



いただきました個人情報は上記講座の手続きおよび連絡以外には利用いたしません。ご了解の上お申し込み下さい。

北山田小学校コミュニティハウス
横浜市都筑区北山田 5-14-1
TEL 045-591-8444

