



# 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♪

日時: 令和6年5月8日、22日 6月12日、26日  
7月10日 (各水曜日)

①10:00~10:45 3ヶ月~9ヶ月の赤ちゃん和妈妈

②11:00~11:45 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: 3000円 (全5回分)

募集組数: ①10組 ②10組

持ち物: 上履き、飲み物、タオル

講師: 木原 瞳 先生



4月8日(月)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。



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

