



親子 産後ヨガ

コロナの感染拡大予防
のため日程変更してい
ますのでご注意下さい

日 時 9月2日・9月16日・10月7日・10月14日(水)
全4回 10:30~11:30

対 象 産後1ヶ月～お子さんが歩き出すまでの親子
※帝王切開の場合は、産後3ヶ月以降の検診で主治
医から許可をもらって下さい!

場 所 石部南まちづくりセンター
講 師 竹井 栄美さん
定 員 15名
参加費 800円
締 切 8月26日(水)
持ち物 バスタオル(お子さんを寝かせる用)
水分・動きやすい服装でお越し下さい

石部南まちづくりセンター
湖南省石部南3-5-1
電話: FAX 0748-77-2535