

マタニティヨガ

みずべでは、赤ちゃんが生まれる前
からフシママを応援しています！！



お腹の赤ちゃんと
ヨガでリラックスしませんか？

日時: 10月16日(土) 10:00~

場所: 大島子ども家庭支援センター(通称:大島みずべ)

対象: 17週~37週の妊婦さん

★かかりつけのお医者さんにご相談の上
お申込みください。

定員: 5組

申込: 9月25日(土) 10:00~(先着順)

講師: 重松みづほさん(ヨガインストラクター)



申込・お問い合わせ

大島子ども家庭支援センター (大島4-1-37)

☎ 03-5836-1621