

# 助産師さんの身体ほぐし

助産師さんが産後の身体のケアや骨盤のゆがみからくる腰痛、肩こり、背中や腕の痛みなどの手当てをして下さいます。

## 7月15日(金) 10:15~

定員 4名 (おひとり15分)

申込 6月23日(木)、24日(金) 2日間のみ  
10:00~16:00

\*初めての方優先です

\*定員を超えた場合は抽選になります

\*妊娠中の方はご遠慮ください

南砂子ども家庭支援センター 03-5617-8106

