

産後ヨガ

こころも、からだも元気になる
ヨガと一緒にリラックスしま
せんか。

日時: 10月6日(木) 14:00~15:30

場所: 大島子ども家庭支援センター(乳児室)

対象: まだねんねの5ヵ月までのお子さんと

お母さん (第一子の方)

定員: 6組(抽選)

抽選申込: 9月20日(火)10時~9月29日(木)16時まで

ポータルサイトより抽選申込をしてください。

講師: 重松みづほさん(ヨガインストラクター)



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



大島みずべをご覧ください