

2024
年度

亀戸
みずべ

ようこそみずべへ！

プレママ・プレパパさん向けの

プログラム(事前予約制)

プログラム以外にも、
いつでも見学おまち
しております♡



ようこそみずべへスペシャル

みずべの紹介、ふれあいスキンシップ
遊び、助産師さんもいらっしゃいます。
(プレゼント付)

7月20日(土)
10:15~11:30
11月16日(土)
14:30~15:30

スレママ・ベビママヨガ

ヨガでリフレッシュしませんか？
対象：妊娠 17~37 週の方、
ハイハイ前までのおこさんのママ

7月23日(火)・10月22日(火)
12月24日(火)・1月28日(火)
3月25日(火)
10:30~11:30

ペアヨガ

仕事や育児など普段の疲れを一緒に
リフレッシュしませんか？
対象：妊娠中のご夫婦、

ハイハイ前までのおこさんがいるご夫婦、
お母さんとそのご両親どちらかのペア

9月14日(土)
2月8日(土)
14:30~15:30

お問い合わせ

江東区亀戸子ども家庭支援センター“みずべ”
江東区亀戸 6-31-26 (カメイドクロック横)
Tel: 03-3683-1101

予定の確認・申込は
こちらから↓

