

みほのさんによる

## 親子ヨガ

日にち 5月19日(火)

時間 14:00~14:45

場所 有明子ども家庭支援センター  
(お子さんと同室です)

首の座ったお子さんと親子と一緒に身体を動かすプログラムです。

産後のリラックス・リフレッシュ!!身体を動かしましょう

※申し込みはアプリ(ことうおやこ手帳)からの受付となります

5月11日(月)9:00~5月12日(火)16:00まで

(抽選8組)



Mi la-e 受付ページ

有明子ども家庭支援センター

電話番号 03-5962-4113