みほのさんによる

親子ヨガ

日にち　　11月18日（水）

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で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

※申し込みはアプリからの抽選受付となります

11月10日（火）9：00～11月11日（水）16：00ま

（抽選8組）

Mila-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