

まちの赤ちゃん
保健室



ZOOMまちの赤ちゃん保健室 産後の両親学級



ココロつながる

令和2年9月12日(土)
10:00~12:00

参加費：無料

対象／ 産後4か月までの赤ちゃん和妈妈・パパ

定員／ 10組

申込み／ タイトル「9月まちの赤ちゃん保健室申込み」

kodomo-senkawa@tsubasa-f.or.jp

- ①参加者全員の氏名(ふりがな)
 - ②お子様の生年月日または出産予定日
 - ③住所(市区町村まで)
 - ④電話番号
- 上記を明記してメールしてください

開催日が近くなりましたら、
ZOOMのIDとパスワードをご連絡します。

※受付締切 9月9日(水) 17:00



講師紹介



産後ケア

助産師
水澤幸枝



骨盤エクササイズ

NPO 法人美えな塾
片山弥生

このクラスでは、助産師による産後ケアのお話と、産後にみられるからだの不調に対してご夫婦でできるエクササイズを行います。

育児に関わる相談もどうぞ。
産前の方も歓迎いたします！

社会福祉法人つばさ福祉会

せんかわみんなの家

[東京都認可保育園]

東京都豊島区要町3-54-8

