



骨盤ケア教室

託児あり

出産後の体調管理やお母さん同士の交流のため、骨盤ケア教室を開催します。

開催日	会場	定員	申込〆切
5月9日(月)	会場：さくらんぼタントフルセンター 1階 総合健診室 時間：午前10時～11時 <u>※集合時間は9時30分～45分です※</u>	各回 8名	定員になり次第 締め切り
8月8日(月)			
11月14日(月)			
2月13日(月)			

- 対象者：市内に住所を有する産後4ヶ月以内のお母さん
- 利用方法：下記へ申込の上、ご参加ください。
- 持ち物：水分補給用の飲み物、託児を利用される場合は、赤ちゃんに必要なもの（バスタオル、オムツ、ミルク等）

- ・運動の後、赤ちゃんの身長・体重測定、保健師等に相談もできます。
- ・体を動かしますので、動きやすい格好でおいでください。
- ・コロナウイルス感染症の感染予防のため、マスク着用、検温の上、ご参加ください。体調不良時は、参加をお控えください。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況に応じて、中止またはオンラインでの開催となる場合がありますので、予めご了承ください。

< 参加申込 >

さくらんぼタントフルセンター内
東根市子育て支援センター
(NPO クリエイトひがしね)
TEL：0237-43-0731

< 問合せ >

さくらんぼタントフルセンター内
東根市役所子育て健康課母子健康係
TEL：0237-43-1250
0237-53-1247

参 加
無 料