

かるがも親子・氷川台 『赤ちゃんとおでかけ』してみませんか？



(対象) 生後1ヶ月～4ヶ月頃までの赤ちゃんとママ

出産後の生活はいかがですか？

生活や体の変化、子育ての悩みや思いをみんなで語り合い共感すること、情報交換できる場として保健師、助産師、整骨院の先生方、かるがもスタッフと共に“みんなで子育てしよう”という全4回のプログラムになっています。

小さい赤ちゃんを連れて どこへ行こうかな？ と思ったら、ぜひ！

『赤ちゃんとおでかけ』に足を運んでみて下さい。お待ちしています。



★場所 かるがも親子・氷川台

★時間 10：15～11：00 (10:30～個別相談もできます)

★参加費 無料

★持ち物 おむつ等お出かけグッズ

★予約制 下記にお問い合わせ下さい



(内容)

1/14(水)10時15分～11時

整骨院先生による

「産後ストレッチ」で身体をリフレッシュしましょう

※是非、リフレッシュしましょう♪お待ちしています！

(問い合わせ) 社会福祉法人北町大家族 かるがも親子・氷川台

月曜日～金曜日 10時～15時 3934-5314