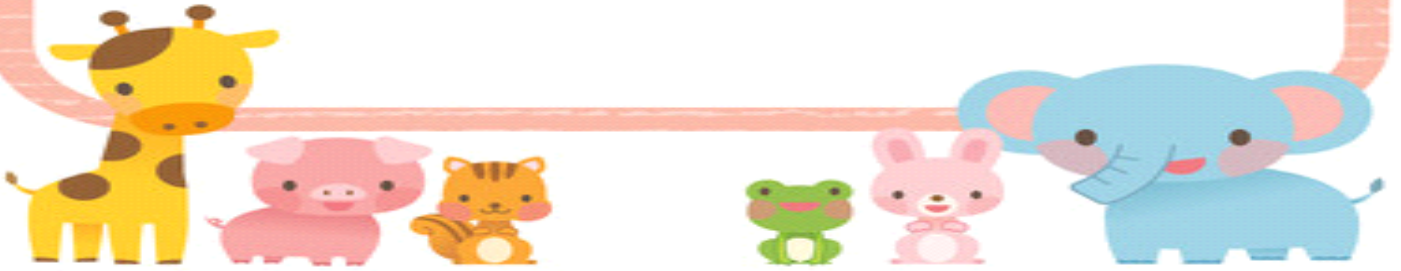


かるがも親子・氷川台

『赤ちゃんとおでかけ』してみませんか？



(対象) 生後1ヵ月～4ヵ月頃までの赤ちゃん和妈妈

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。お待ちしております。

- ★場所 かるがも親子・氷川台
- ★時間 10:00～11:00 (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) 第1回 4/24(火)10時～11時
助産師 名嘉真先生による「おっぱいケアとハンドマッサージ」
- 第2回 5/16(水)10時～11時
保健師 根岸さんによる「生活リズム」について
- 第3回 6/5(火)10時～11時
整骨院 高松先生による「からだほぐしストレッチ」
- 第4回 7/10(火)10時～11時
助産師 江坂さんによる「産後ママフラ」 を予定しています

どの回からでも参加出来ます♪予約等は、下記にまで♪

(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