



産後ティイケアはあとほっこ

助産師さんによるママセミとおしゃべりかふえ



骨盤エクササイズで産後のカラダの回復

☆日付 2019年4月26日（金）13時から15時

☆場所 赤羽北区民センター 和室

乳児のカラダの姿勢から見た抱き方・寝かせ方

☆日付 2019年6月21日（金）13時から15時

☆場所 田端興楽寺 2階和室

骨盤エクササイズで産後のカラダの回復

☆日付 2019年8月30日（金）13時から15時

☆場所 田端興楽寺 2F和室

母乳について

☆日付 2019年10月25日（金）13時から15時

☆場所 赤羽北区民センター 第1和室

骨盤エクササイズで産後のカラダの回復

☆日付 2019年12月20日（金）13時から15時

☆場所 赤羽北区民センター 第1和室

卒乳講座

☆日付 2020年2月28日（金）13時から15時

☆場所 田端興楽寺 2F和室

参加費 1000円（ティータイム茶菓代含む）

お申込み ホームページからお申込みください

<http://www.hearthotmama.club>

この事業は北区社会福祉協議会歳末助け合い募金助成事業です