



親子ヨガ



毎日子育てをがんばっているママが、自分の心と体に向き合える時間を提供したいと思っています。

ヨガの後はおしゃべりタイムです。ママ同士で育児の情報交換、お悩み相談をしています。

インストラクターは助産師ですので、母乳相談やお産後の体調の相談もできます。

当日の参加者さんの希望があれば、ベビーマッサージを行うこともあります。

お気軽にご参加ください～☆

金子 邦恵

今後の予定

6月25日(水) 7月2日(水)

いずれも10時～11時半 ワイワイルームにて

詳細は事務局川口までお問い合わせください。