

子育て支援センター
ななかまど

助産師さんに聞く！

出産を経験しダメージを受けた

骨盤底筋のお話

～不快な症状を防ぐために～

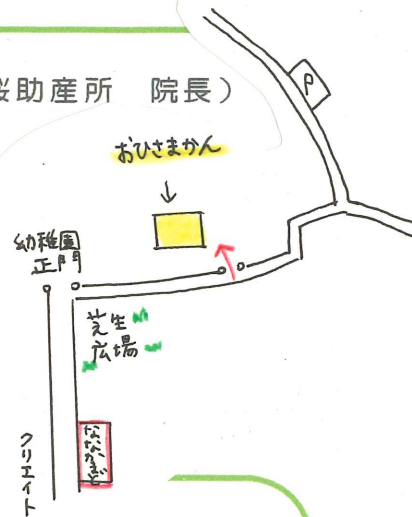
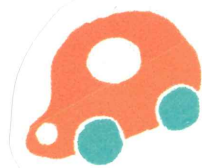
9月4日(水) 10:00~10:45

助産師さんをお迎えして産後ママの体のケアについて教えていただきます。
いつからでも遅くない！骨盤底筋を鍛えて身体のトラブルを予防しましょう

講師：堀田 久美 さん(合同会社 asterisk 袖 代表・菜桜助産所 院長)

場所：富士ふたば幼稚園 おひさまかん

参加費：無料



お申込み

ななかまど職員へ直接お申し出いただくか、
富士ふたば幼稚園へお電話でお申込みください

富士ふたば幼稚園 富士市水戸島本町10-2
TEL 61-3121 月~金(9:00~16:00)

当日の内容に変更がある場合は、園ホームページでお知らせします。ご来園前にご確認ください。