

# 産後ヨガのご案内

～ママと赤ちゃんと一緒に～

日 時 : 9月3日(火)・17日(火)

10:00～12:00

場 所 : 当クリニック 多目的ホール

講 師 : ゆるぎ かおり(当院看護師)

金 額 : 1000円

参加条件 : 産後3ヶ月～1才まで

ママと赤ちゃん一緒に

定 員 : 5～6名

持ち物 : バスタオル オムツ 必要な方はミルク

☆ヨガマット、お茶はご用意しております

☆動きやすい服装で

☆他院出産の方もご参加可能

☆参加希望の方はスタッフまで

☆保育士による絵本等の読み聞かせあります