

ママの身体を整えよう！

# 子連れYOGA

10:00～10:40

赤ちゃんとのスキンシップを！

# ベビーマッサージ

11:00～11:40

両方の受講もOK！

♡知能の発達

♡免疫力アップ

♡情緒が安定



令和6年 4/4 5/2 6/6 7/4 8/1

9/5 10/3 11/7 12/5

令和7年 1/16 2/6 3/6

木曜日

場 所： 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費： 各1回：500円（当日払い）、両方：1000円

対 象： ママと未就園児のお子様 定員：12組

持ち物： 飲み物、バスタオル

申込み： 六浦地域ケアプラザ 窓口かお電話

保護者とお子様のお名前・月齢、携帯電話番号をお知らせ下さい

講師： ウム・プラスベビーマッサージ講師 藤田麻里先生