

産後ママの身体のケア

ママヨガ&

赤ちゃんとのスキンシップ

ベビーマッサージ

気持ちよく
身体を動かして
リフレッシュ！
ママ友作りにも！



ベビーマッサージで
情緒の安定 ♡
脳の発達 🙌
便秘の解消 ♡

2025

8/7 9/4 10/2 11/6 12/4

Let's try !

まずは1度参加してみませんか



日 程: 毎月第1木曜日

時 間: 10:30~11:30

場 所: 六浦地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費: 500円(当日現金払い)

講 師: 藤田麻里先生 ウム・プラスベビーマッサージ講師

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

横浜市六浦地域ケアプラザ 地域交流

ご予約: 045-349-5141 金沢区六浦5-20-2