

産前産後のママたちのひろば

～プレママほっとルーム～

=H29. 5～6=



産前産後のママが集い、ひと時の団らんの時間です。
講座のない日もほっとルームはご利用できます。



mama サポートよつば助産院
助産師 藤原 恵 先生

【マタニティ&産後ヨガ】
安産に向けての体づくり・心づくり。産後は自分の
体を知り、リラックス♪



【本との出会い推進員さんによる読み聞かせ】
今日は何の本かな？毎回本との出会いが楽しみです♪



育児支援員さんの見守りのお蔭で
ママたちは講座に集中できます。感謝♡

産前産後は特別な時間。

この時期限定の特別メニューをご用意しています。お気軽にご参加くださいね♪