

# 産前産後のママたちのひろば

～プレママほっとルーム～

=H29. 7～8=



ママが受講中は、育児支援員さんたちとお留守番♡



プレママほっとルームには、たくさん本があります。  
貸し出しもできますのでお気軽にご利用ください♪



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♪

産前産後のママたちは大変。プレママほっとルームでほっと一息したら、また笑顔になれるかも♪  
お気軽においでくださいね♡