

文京区勤労福祉会館 自主事業

ママとベビーの ふれあい体操教室



**定員
10組**

3月 9日（月）

3月 23日（月）

10：00～11：00

対 象：0歳児と母親
（首が据わっている0歳児）

申 込：申込受付順

参加費：300円

会 場：文京区勤労福祉会館 第2洋室

講 師：(株)オーエンススポーツ事業部指導員
吉松 ひろみ

予約受付開始：2月17日（月）～

●持ち物：バスタオル（赤ちゃんの下に敷く用）

飲み物・必要な赤ちゃんグッズ

●服 装：動きやすい服装でご参加ください。

（シューズは不要です）



赤ちゃんとのふれあいあそび

着衣のままのベビーマッサージ（オイルは使いません）

産後のための簡単なヨガ



【申込連絡先】

文京区勤労福祉会館
文京区本駒込4-35-15
☎03-3823-6711