



地域ふれあいスペース
たけだん家

2022年10月26日 (水)

10:00-12:30

親子でゆるむ タッチケア& 産後リセットストレッチ

対象

未就園児のお子さん
とお母さん (4組)

参加費と持ち物

2000円 バスタオルをご持参のうえ、
動きやすい服装でお越しください

10:00-10:45

親子タッチケア

担当: 出口史子



11:00-11:45

産後リセット
ストレッチ

担当: 竹内さやか



11:45-12:30

お茶を飲みながら
おしゃべりタイム



地域ふれあいスペース たけだん家 (お隣はセブンイレブン)
兵庫県明石市貴崎3丁目16番29号
山陽電鉄本線「林崎松江海岸駅」徒歩5分
近隣にコインパーキングもあります!

お申し込み・お問い合わせ⇒

