

7月



子育て包括支援室
「ほっとママステーション」
からのお知らせ



動画配信して
います！！

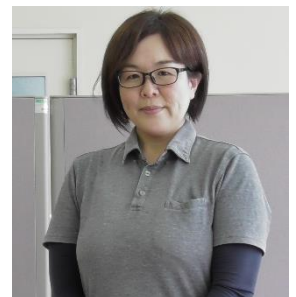
産後ママストレッチ教室特別講座！！

産後ママストレッチ教室特別講座の動画を期間限定で配信しております。

配信期間●7月31日(金)17時まで

内 容 第1回「骨盤につて」
第2回「腰痛について」
第3回「肩こりについて」

講 師 ●なごみ整体院 あん摩・マッサージ・指圧師 鎌田昌子



小鹿野町に
巡回します！

実践してみてください！
体がほぐれ、軽くなります！

ほっとハグくむ…ママサロン

●日時：7月15日(水) 10:00~12:00 13:00~15:00

●場所：子育て支援センター

●対象：妊婦さん・産婦さん・子育て中の母親

●講師：助産師2名

●内容：個別相談 予約もできます

●申込：子育て包括支援室に申込ください。

☎75-4101



※新型コロナウイルス感染状況により、事業を中止する場合がありますので、ご了承ください。

小鹿野庁舎・住民生活課

子育て包括支援室(ほっとママステーション)

☎ 75-4101