



11/22 

10:20 ~ 11:20

定員 20 人(先着予約制)

子育てに追われる中で、自分のカラダ、大切にしていますか？  
女性の身体について知ったり、ケアしたり、ちょっとだけ自分のために時間  
を使ってみませんか。



## For Baby and Mama みんなでリフレッシュ

講師

とむら助産院

戸村 恵理 氏

助産師・看護師・救急救命士・  
ベビーマッサージ&ヨガインストラクター



女性特有の悩みや、相談、ベビーマッサージなど、  
知りたいこと、聞いてみたいこと、やってみたいことを募集中♪

予約

11月1日(金)  
10:00より 予約開始



申込

たこ・こどもルーム

※電話での予約をお願いします。

TEL 0479-76-4444