

# 産後のセルフケア講座&体操

★ と き:

8月27日(木)

10:30~12:00

★ ところ:

コムコム土器

★ 定員:

5組 + オンライン

★ 参加費:

無料

★ 講師:

とと整体院 盛田先生

★ 内容:

産後ケアのセルフケアの仕方・産後の  
身体の変化はなぜでるのか?  
簡単な体操もします♪

★ 持ち物:

お茶・タオル 動きやすい服装で  
参加してね♪

\*申し込み開始 8月17日(月) ~電話にて申し込み受付

【お問い合わせ・お申し込み】  
NPO 法人  
さめきつずコムシアター  
子育て親育ちほっとスペース  
コムコムひろば  
丸亀市土器町東2丁目248  
TEL / FAX 0877-25-0691



HPはこちら

