



0歳ベビーのHAPPY子育て



今しかない0歳ベビーとの大切な時間♪笑顔になれるHAPPY子育てを一緒に始めましょう♪

ママのための情報交換やリラックスタイムに♪

第1回

『リンパを知って
もっとすてきに』

リンパのおはなしと
子育てトークをしましょう

10月12日(金) 10:00~11:30

講師：櫛間真寿美さん(リンパセラ
ピスト・インストラクター)

★動きやすい服装でお越しください

第2回

『ほっこりトーク』

助産師さんにベビーちゃんやママの
悩みを聞いてもらったり
おしゃべりしましょう

11月9日(金)10:00~11:30

講師：小山千里さん
(助産師)

第3回

『ゆったりオカリナコンサート』
『だんじょきょうどう』

さんかく♪ってなに？
難しくない「男女共同参画」のお勉強とオ
カリナコンサートでゆったり

12月14日(金)10:00~11:30

講師：オカリナアンサンブル・
フィオーリーナ

第4回

『ヨガタイム』

ヨガでからだをほぐしましょう

1月11日(金)10:00~11:30

講師：川崎かおりさん
(ヨガインストラクター)
持ち物：ヨガマット又はバスタオル

★動きやすい服装でお越しください

第5回

『HAPPYラブレター』

ベビーちゃんへの今の気持ちを
お手紙にしたためましょう

2月8日(金)10:00~11:30

講師：堀井千夏さん
(ファシリテーター)

★対象：0歳ベビーとその保護者

★定員：10組

★参加費：全5回 2000円(1回 500円)

妊婦さんの参加もお待ちしています。



★お申込み・お問い合わせ★

伊丹市立女性・児童センター

〒664-0855 伊丹市御願塚6-1-1

TEL072-772-1078(休館日：火曜日・祝日)

メールからのお申込み salon@itami-danjo.jp