

逗子市子育て支援センター
ミニ講演会

産後の体と骨盤ケア

産後の体型変化が気になる方。
腰痛・肩こりでお困りの方。
日常生活の姿勢や抱っこやおんぶのポイントを
教えてもらいませんか？
一人ずつ抱っこ紐のフィッティング時間があります。

日 時：2024年5月21日（火）
10：00～11：00

場 所：逗子市子育て支援センター

講 師：理学療法士・整体師 安藤瑞季

対 象：0歳児のママ

要予約：子育て支援センターでの参加 先着10組

申 込：5月7日(火)より（電話・来所で）

持ち物：抱っこ紐やおんぶ紐・バスタオル



<お問合せ先>
逗子市子育て支援センター
046-871-5001

