

ひろばから
or
ご自宅から

プレママカフェ

とき

2021年4月20日(火)

12:30~13:30

場所:コムコムひろば・あやうた or ご自宅(オンライン)

定員:5組 参加費:無料 対象:現在妊娠中の方

出産前に知りたいことや、不安なことなど、今から出産を迎えるママ同士
一緒に楽しくおしゃべりしながらのプレママカフェです。

また、現役助産師さんからテーマに沿っていろいろ教わっています♪

テーマは「妊娠中の骨盤ケアについて」

さらしや骨盤ベルトの正しい使い方を学びましょう♪

妊娠中に腰痛や尿もれでお悩みの方必見です!

参加希望の方はこちらから↓↓↓

申込みフォーム



お問合せは
コムコムひろば・あやうた
0877-35-7114