

～産後の体型戻したい！家事育児がシンドイ…
そんなお母さん集まれ！～

バランスボール エクササイズ

2月7日（木）11時～12時



赤ちゃん
小さいお子様連れ
大歓迎！

気持ちも
軽やか♪

赤ちゃんを
抱いて弾めば
スヤスヤ^{ZZZ}

募集

産後2ヶ月から未就学児をお持ちのお母さん
先着 12人

参加費

400円（スポーツ保険料込み）

持ち物

飲物、汗拭きタオル、動きやすい服装（Gパン
NG）赤ちゃん・小さいお子様連れの方はケア用品

受付

1月12日（土）～電話または窓口

問合せ：浜小学校コミュニティハウス
〒235-0019 磯子区磯子台23-1
電話・FAX 758-2540
開館 9時～21時 休館日 火・金